RĂZBOIUL NEVĂZUT

EDIȚIA
SFÂNTULUI
TEOFAN
ZĂVORÂTUL

RĂZBOIUL NEVĂZUT

EDIŢIA SFÂNTULUI TEOFAN ZĂVORÂTUL

Carte tipărită cu binecuvântarea

IPS TEOFAN

Mitropolitul Moldovei şi Bucovinei

EDITURA MĂNĂSTIREA SIHĂSTRIA

2013

Lectori: Pr. Prof. Dr. Gheorghe Petraru
Pr. Lect. Dr. Mihai Vizitiu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
TEOFAN ZĂVORÂTUL, sfânt
Războiul nevăzut / Sfântul Teofan Zăvorâtul. -
Vânători-Neamţ: Mănăstirea Sihăstria, 2013
ISBN 978-606-8217-17-8

PREFAȚĂ

Având ca sursă de inspirație traducerea manuscrisă a unei lucrări apusene pe care a îndreptat-o, a împodobit-o cu învățătura Sfinților Părinți și a extins-o până la a o dubla ca întindere, Sfântul Nicodim Aghioritul a alcătuit o carte devenită clasică pentru literatura ascetică a Ortodoxiei: *Războiul nevăzut*. Aceasta a cunoscut numeroase ediții, răspândindu-se mai apoi în toată lumea ortodoxă și bucurându-se de o mare popularitate. Ea a fost foarte apreciată de mari trăitori ai vieții de nevoință, care s-au folosit de cuvintele ei. Știm, de pildă, că Sfântul Nectarie de la Eghina o prețuia foarte mult, după cum citim în biografia sa[1]. De asemenea, Cuviosul Paisie Aghioritul o recomanda, alături de alte scrieri duhovnicești, atât celor începători în cele ale nevoinței, cât și celor mai avansați, ca o carte care „ajută foarte mult" și este „absolut necesară"[2].

La câteva decenii după apariția *Războiului nevăzut*, părinții ruși nevoitori din Sfântul Munte au dorit să aibă această carte în limba lor și i-au propus Sfântului Teofan

---

[1] Sotos Hondropulos, *Sfântul Nectarie. Sfântul secolului nostru*, Editura Bunavestire, Bacău, 2001, p. 102

[2] Cuviosul Paisie Aghioritul, *Epistole. Cale către cer*, Editura Evanghelismos, București, 2002, p. 37, 67.

Zăvorâtul, colaboratorul lor apropiat, să o traducă. Sfântul Teofan, autorul şi editorul a numeroase cărţi duhovniceşti şi în acelaşi timp traducătorul Filocaliei şi a numeroase scrieri patristice în limba rusă, precum şi un iscusit lucrător al rugăciunii, a primit cu bucurie această ascultare. El însă nu s-a mărginit numai la a o traduce, ci a supus-o unui atent proces de transformare şi rescriere, menit să o facă mai accesibilă cititorului de rând şi mai fidelă duhului ortodox. Într-o scrisoare trimisă unui prieten în timp ce lucra la *Războiul nevăzut*, Sfântul Teofan scria: „Eu nu o traduc, ci o redau liber cu cuvintele mele... adăugând, eliminând şi modificând faţă de original"[3]. După ce a terminat munca de editare, el scria: „Este foarte retuşată, încât nici stareţul Nicodim însuşi nu ar mai recunoaşte-o. Am vrut să spun totul mai pe înţeles..."[4]. Aşadar, Sfântul Teofan Zăvorâtul s-a arătat mai riguros în prelucrarea cărţii. Modificarea cea mai importantă pe care a adus-o a fost înlocuirea capitolelor despre rugăciune, care conţineau meditaţii de inspiraţie apuseană, cu alte capitole scrise de el însuşi, pe baza bogatei sale experienţe, în care expunea învăţătura ortodoxă despre rugăciunea inimii.

La sfârşitul muncii sale, Sfântul Teofan s-a arătat mulţumit. El scria: „Va fi o cărticică foarte folositoare"[5]. Practic, el alcătuise o variantă mai uşor de înţeles pentru omul de rând, îmbogăţită cu propriile sale cunoştinţe, curăţită de posibile pietre de poticnire şi capabilă să îl călăuzească pe cititor spre dobândirea rugăciunii neîncetate.

---

[3] *Sobranie pisem sviatitelja Feofana*, Moscova, 1898, scrisoarea 1448.

[4] Idem, scrisoarea 442.

[5] Idem, scrisoarea 1173.

În această variantă el o recomanda cu toată căldura ucenicilor săi. Spicuim mai jos câteva pasaje din scrisorile sale[6], în care îndemna la citirea cărţii pe care o editase:

– „Vă trimit *Războiul nevăzut*. Deşi acest titlu sună a monahism, însă veţi găsi aici aproape totul redat în aşa fel încât nimeni nu trebuie să treacă cu vederea aceste sfaturi. Vă doresc să vă întăriţi în duhul Sfântului Munte Athos, care este prezent în această carte" (Scrisoarea 286).

– „O îndrumare completă despre rugăciune în general şi despre rugăciunea lui Iisus veţi găsi în cartea *Războiul nevăzut*. Acolo să şi citiţi" (Scrisoarea 188).

– „Rugăciunea lui Iisus se află în rândul mijloacelor care duc la reuşită în deprinderea de a umbla înaintea lui Dumnezeu. Tot ceea ce este nevoie să ştiţi despre săvârşirea acestei rugăciuni se află în cartea despre războiul nevăzut. Citiţi acolo" (Scrisoarea 895).

– „Nu este rău să citiţi şi acele capitole din cartea despre războiul duhovnicesc care vorbesc despre rugăciune. Şi aceasta va fi foarte de ajuns" (Scrisoarea 902).

– „Despre rugăciune citiţi mai adesea capitolele din *Războiul nevăzut*" (Scrisoarea 557).

– „Aţi primit cartea *Războiul nevăzut*? Dacă nu, spuneţi şi v-o trimit. Acolo, începând cu capitolul 47 din prima parte este prezentată învăţătura despre rugăciune, foarte amănunţit" (Scrisoarea 950).

– „Aveţi cartea *Războiul nevăzut*? Acolo este prezentată în amănunţime lucrarea rugăciunii. Vă rog să citiţi şi să aprofundaţi" (Scrisoarea 896).

---

[6] Citatele sunt traduse din ediţia menţionată mai sus: *Sobranie pisem sviatitelja Feofana*, Moscova, 1898.

– „Doar aveţi cartea *Războiul nevăzut*! Căutaţi acolo capitolele despre rugăciune, începând cu capitolul 46, şi citiţi, dar nu o dată sau de două ori. Acolo este arătat tot ce este de trebuinţă. Dacă veţi urma cele spuse, rugăciunea dumneavoastră se va îndrepta, iar după aceasta şi toate celelalte" (Scrisoarea 958).

– „În cartea despre războiul nevăzut este expus totul amănunţit despre rugăciune, vă rog să puneţi semn acolo şi să cercetaţi adesea cele scrise" (Scrisoarea 956).

– „Pentru înăbuşirea părerii de sine, citiţi în *Războiul nevăzut*. Acolo se spune despre aceasta pe larg" (Scrisoarea 606).

– „Sinele dumneavoastră este stăpânit de preţuire de sine, părere de sine şi trâmbiţare de sine. Aveţi grijă. Trebuie să le goniţi, altfel harul va pleca şi tot păcatul îşi va înălţa capul şi vai! Rugaţi-vă lui Dumnezeu să smerească sinele dumneavoastră. Citiţi în cartea *Războiul nevăzut*, capitolul 34..." (Scrisoarea 966).

– „Dacă la dumneavoastră se află cărticica *Războiul nevăzut*, acolo, în prima parte, în capitolul 34 veţi găsi o explicaţie la faptul că orice am face, nu avem pentru ce să ne lăudăm... Dacă vă veţi însuşi acest punct de vedere, atunci de fiecare dată când doamna mândrie vă va vizita, dumneavoastră, aducându-vă aminte de această explicaţie, o veţi lovi în cap ca şi cu o măciucă şi ea îşi va lua tălpăşiţa" (Scrisoarea 976).

– „Ceea ce scrie în cartea aceasta nu este numai pentru monahi, ci este valabil pentru toţi cei ce vor să-şi curăţească inima, având în vedere nu starea exterioară, ci sufletul" (Scrisoarea 957).

Sfântul Teofan trimitea cartea editată de el chiar şi unui lucrător experimentat al rugăciunii ca stareţul Agapie cel orb de la Valaam, scriindu-i acestuia: „Vă

trimit cărticica *Războiul nevăzut*. Doresc ca în această cărticică să găsiţi tot ce vă trebuie"[7].

Drept urmare, această variantă a *Războiului nevăzut*, realizată de Sfântul Teofan, se va bucura de mare succes în spaţiul de limbă rusă. Extrase din ea sunt folosite pe larg în vestitul *Sbornic* alcătuit de egumenul Hariton al Valaamului, care citează *Războiul nevăzut* ca lucrare a Sfântului Teofan Zăvorâtul[8]. Mai mult, pe ultima pagină a *Sbornicului*, în loc de concluzie, cititorul este îndrumat spre scrierile Sfântului Teofan pentru a deprinde de acolo meşteşugul luptei duhovniceşti: „Acum nu este timpul să vă arăt regulile luptei. Dumneavoastră le veţi găsi în cărţile Episcopului Teofan: *Calea spre mântuire*, *Războiul nevăzut* şi altele..."[9]. De asemenea, *Războiul nevăzut* este recomandat cu căldură şi de stareţii de la Optina[10] şi de lucrătorul şi dascălul iscusit al rugăciunii care a fost arhiepiscopul Antonie de Golânsk şi Mihailovsk, în cartea sa *Calea rugăciunii lăuntrice* (Manualul isihiei)[11].

Ediţia Sfântului Teofan Zăvorâtul va fi şi varianta în care *Războiul nevăzut* va cunoaşte o largă notorietate internaţională, fiind tradus în engleză în anul 1952. Sub această formă Părintele Serafim Rose îl considera ca făcând parte, împreună cu *Pelerinul rus* şi *Vieţile sfinţilor*, din ABC-ul vieţii duhovniceşti indispensabil

---

[7] *Sbornicul*, Editura Reîntregirea, 2000, vol. II, p. 441.

[8] Idem, vol. I, p. 271, 274; vol. II, p. 36, 54.

[9] Idem, vol. II, p. 491.

[10] *Dnevnik poslushnika Nikolaia Beliaeva*, Mănăstirea Optina, 2010, p. 276.

[11] Arhiep. Antonie de Golânsk şi Mihailovsk, *Calea rugăciunii lăuntrice. Manualul isihiei*, Ed. Bunavestire, Galaţi, 2003, p. 103; Fericitul Episcop Antonie Mărturisitorul, *Calea lucrării lăuntrice*, Schitul românesc Prodromu, Sfântul Munte Athos, 2002 , p. 87.

oricărui creştin[12]. El avertiza pe ucenicii săi despre pericolul de a trece direct la cărţile academiei duhovniceşti – Filocalia şi alte cărţi mistice sau cu înţeles adânc – fără a trece mai întâi prin şcoala *Războiului nevăzut*[13], care oferă noţiunile de bază ale luptei creştineşti împotriva patimilor. Astfel, el îi scria unui ucenic: „Începe să studiezi cu seriozitate ABC-ul creştinătăţii ortodoxe. Ai citit *Războiul nevăzut* în ultimul timp? – este un bun punct de plecare..."[14].

Oferim aşadar în continuare cititorilor români traducerea din limba rusă a variantei Sfântului Teofan a *Războiului nevăzut*, dorind să le fie de folos în lupta împotriva patimilor şi spre mântuire.

La alcătuirea ei a fost folosită şi ediţia din 1826 a *Războiului nevăzut* a Sfântului Nicodim Aghioritul, prima apărută în limba română, împrumutând de acolo, atunci când a fost oportun, unele exprimări şi soluţii de traducere.

Întrucât această ediţie este destinată folosului duhovnicesc, iar nu studiului critic, am exclus din cadrul ei orice notă de subsol, respectând opţiunea Sfântului Teofan Zăvorâtul, care a inclus în text sau a eliminat multele note ale Sfântului Nicodim Aghioritul. Prin aceasta am încercat să nu distragem atenţia de la textul propriu-zis, înlesnind concentrarea cititorului asupra mesajului cărţii.

Editura

---

[12] *Ne vorbeşte părintele Serafim Rose. Scrisori*, Ed. Bunavestire, Galaţi, 2003, p 23, 72.

[13] Idem, p. 106.

[14] Ieromonahul Damaschin (Christensen), *Viaţa şi lucrările Părintelui Serafim Rose*, Ed. Sophia, Bucureşti, 2005, p. 847.

CUVÂNT ÎNAINTE LA EDIŢIA SFÂNTULUI TEOFAN ZĂVORÂTUL

În pagina de titlu a originalului acestei cărţi se arată că ea a fost alcătuită de altcineva, un bărbat înţelept, iar stareţul Nicodim doar a revăzut-o, a îndreptat-o, a completat-o şi a îmbogăţit-o cu însemnări şi citate de la Sfinţii Părinţi. De aceea ea îi aparţine stareţului Nicodim mai mult în duh, decât în literă. La traducerea acestei cărţi s-a considerat că este mai bine ca însemnările de folos şi mărturiile Sfinţilor Părinţi să fie adăugate în text şi din acest motiv şi din altele a fost uneori nevoie să fie schimbate cuvintele cărţii pentru a înlesni curgerea textului. De aceea cartea de faţă nu trebuie considerată atât o traducere, cât o redare liberă.

CUVÂNT ÎNAINTE LA EDIŢIA SFÂNTULUI NICODIM AGHIORITUL

Această cărticică folositoare de suflet cu dreptate poartă numele ei: *Războiul nevăzut*. Precum multe din sfintele şi de Dumnezeu insuflatele cărţi ale Vechiului şi Noului Testament şi-au primit numele de la înseşi lucrurile despre care ele învaţă (de pildă, cartea Facerea este numită astfel pentru că vesteşte despre crearea şi zidirea a toată fiinţa din nefiinţă; Ieşirea – pentru că descrie ieşirea fiilor lui Israel din Egipt; Leviticul – deoarece conţine rânduiala lucrărilor sfinţite ale seminţiei leviţilor; Cărţile Împăraţilor – pentru că istorisesc despre viaţa şi faptele împăraţilor; Evanghelia – pentru că binevesteşte bucurie mare, că S-a născut Mântuitorul lumii, Hristos Domnul (cf. Lc. 2, 10, 11) şi arată tuturor calea adevărată spre mântuire şi moştenirea vieţii pururea fericite), cine nu va recunoaşte că şi această carte, judecând după conţinutul şi subiectul cu care ea se ocupă, nu a fost potrivit numită *Războiul nevăzut*?

Căci ea învaţă nu despre un oarecare război simţit şi văzut, ci despre războiul gândit şi nevăzut, pe care fiecare creştin îl începe din clipa Botezului, când se făgăduieşte înaintea lui Dumnezeu să lupte pentru El până la moarte (despre acest război nevăzut a fost scris

alegoric în cartea Numerii 21, 14: *Pentru aceea se spune în cartea războaielor Domnului*). Ea învaţă nu despre vrăjmaşi arătaţi şi trupeşti, ci despre vrăjmaşi fără de trup şi nearătaţi, care sunt feluritele patimi şi dorinţe ale trupului şi demonii răi şi urâtori de oameni, care nu încetează nici ziua, nici noaptea, să lupte împotriva noastră, precum a zis fericitul Pavel: *Căci nu ne este nouă lupta împotriva trupului şi a sângelui, ci împotriva începătoriilor şi a domniilor, şi a stăpânitorilor întunericului veacului acestuia, împotriva duhurilor răutăţii întru cele cereşti* (Ef. 6, 12).

Cartea învaţă că ostaşii care se luptă în acest război nevăzut sunt toţi creştinii; conducătorul lor este Domnul nostru Iisus Hristos, înconjurat şi însoţit de mai-marii peste mii şi peste sute, adică de toate cinurile îngereşti şi ale sfinţilor; arena de luptă, câmpul de bătălie, locul unde are loc lupta însăşi, este propria noastră inimă şi tot omul lăuntric; timpul luptei este întreaga noastră viaţă.

Dar care sunt armele cu care se înarmează ostaşii acestui război nevăzut? Ascultă. Drept coif au neîncrederea desăvârşită în sine şi desăvârşita nenădăjduire în sine; pavăză şi zale – credinţa neînfricată în Dumnezeu şi nădejdea tare în El; armură şi platoşă – învăţătura despre Patimile Domnului; brâu – depărtarea de patimile trupeşti; încălţări – smerenia şi permanenta recunoaştere şi simţire a neputinţei lor; pinteni – răbdarea în ispite şi izgonirea trândăviei; sabie, pe care ei o poartă neîncetat într-o mână – rugăciunea, atât cea grăită, cât şi cea gândită, a inimii; iar suliţă cu trei muchii, pe care o ţin în cealaltă mână – hotărârea puternică de a nu se învoi cu patima care îi luptă pe ei, de a o izgoni de la ei cu mânie şi de a o urî pe ea din toată inima; soldă şi hrană, cu care se întăresc împotriva vrăjmaşilor – deasa împărtăşire cu dumnezeieştile Taine, atât cea tainică prin Jertfa cea de

taină, cât şi cea gânditoare; văzduh luminos şi fără de nor, prin care pot vedea de departe pe vrăjmaşi – permanenta exersare a minţii pentru a cunoaşte ce este drept înaintea lui Dumnezeu şi necontenita deprindere a voinţei pentru a dori numai ce este bineplăcut lui Dumnezeu, pacea şi liniştea inimii.

Aici, în acest *Război nevăzut* (adică în carte), sau, mai bine zis, în acest război al Domnului, ostaşii lui Hristos se învaţă feluritele înşelăciuni, uneltirile de multe feluri, vicleşugurile cele cu anevoie de înţeles şi şireteniile ostăşeşti, pe care le întrebuinţează împotriva lor războinicii cei de gând, prin simţuri, prin năluciri, prin lipsirea fricii de Dumnezeu, şi, mai ales, prin cele patru ispitiri, pe care le aduc ei în inimă în vremea morţii, adică ispitirile necredinţei, deznădejdii, slavei deşarte şi arătarea lor în chip de îngeri de lumină. Drept urmare, învăţându-se să recunoască toate acestea, ei singuri vor şti mai apoi cum să răstoarne astfel de uneltiri ale vrăjmaşilor şi să li se împotrivească, şi vor cunoaşte cu ce tactică şi cu ce rânduială de luptă se cade a lupta în anumite situaţii şi cu câtă bărbăţie să intre în luptă. Şi, ca să zic pe scurt, orice om, care îşi iubeşte mântuirea sa, se învaţă din cartea aceasta cum să biruiască nevăzuţii vrăjmaşi, pentru a câştiga comoara adevăratelor şi dumnezeieştilor virtuţi şi să dobândească pentru aceasta cunună neveştejită şi zălog veşnic, care este unirea cu Dumnezeu atât în veacul de acum, cât şi în cel viitor.

Primiţi, aşadar, această carte, o, iubitorilor de Hristos cititori, cu bucurie şi cu dragoste şi, învăţându-vă dintr-însa meşteşugul nevăzutului război, sârguiţi-vă nu numai aşa simplu a duce război, ci a lupta şi după lege şi precum se cuvine, ca să vă încununaţi. Fiindcă, după Apostol, *deşi se va lupta cineva, nu se încununează, de*

nu se va lupta după lege (II Tim. 2, 5). Întrarmaţi-vă cu armele despre care această carte vă învaţă pe voi, ca să loviţi de moarte cu dânsele pe vrăjmaşii voştri gândiţi şi nevăzuţi, care sunt patimile cele stricătoare de suflet şi începătorii şi aţâţătorii lor – demonii. *Îmbrăcaţi-vă cu toată întrarmarea lui Dumnezeu, ca să puteţi sta împotriva meşteşugirilor diavolului* (Ef. 6, 11). Aduceţi-vă aminte cum v-aţi făgăduit la Sfântul Botez că vă veţi lepăda de satana şi de toate lucrurile lui, de toată slujirea lui şi de toată mândria lui, adică de iubirea de plăceri, de iubirea de slavă, de iubirea de arginţi şi de celelalte patimi. De aceea, să vă şi nevoiţi cât puteţi, ca să-l întoarceţi înapoi, să-l ruşinaţi şi să-l biruiţi cu totul desăvârşit.

Dar ce fel de răsplătiri şi cinstiri veţi primi pentru o astfel de biruinţă a voastră? Foarte multe şi mari. Să le auziţi chiar din gura Domnului, Care vi le făgăduieşte în sfânta Apocalipsă: *celui ce va birui voi da lui să mănânce din pomul vieţii, care este în mijlocul Raiului lui Dumnezeu* (2, 7); *cel ce biruieşte nu va fi vătămat de moartea cea de-a doua* (2, 11); *celui ce biruieşte voi da lui să mănânce din mana cea ascunsă* (2, 17); *celui ce biruieşte şi celui ce păzeşte până în sfârşit faptele mele, voi da lui stăpânire peste neamuri* (2, 26), *şi voi da lui steaua cea de dimineaţă* (2, 28); *cel ce biruieşte, acesta se va îmbrăca în haine albe; şi nu voi şterge numele lui din cartea vieţii, şi voi mărturisi numele lui înaintea Părintelui meu şi înaintea îngerilor Lui* (3, 5); *cel ce biruieşte îl voi face pe el stâlp în biserica Dumnezeului Meu* (3, 12); *celui ce biruieşte, voi da lui să şadă cu Mine pe Scaunul Meu* (3, 21); *cel ce va birui va moşteni toate; şi Eu voi fi lui Dumnezeu, şi el va fi Mie fiu* (21, 7).

Vedeţi ce vrednicii! Vedeţi ce răsplătiri! Vedeţi această cunună neveştejită de opt ori împletită şi cu

multe flori, sau, mai degrabă, aceste cununi care se împletesc pentru voi, fraţilor, dacă veţi birui pe diavol! Deci, pentru aceasta sârguiţi-vă acum, pentru aceasta nevoiţi-vă şi înfrânaţi-vă de la toate, ca *nimeni să nu vă răpească cununa* voastră (Apoc. 3, 11). Căci este într-adevăr mare ruşine ca cei ce se nevoiesc în arene la nevoinţe trupeşti şi dinafară, să se abţină de cinci ori mai mult de la toate, pentru a lua o cunună stricăcioasă de măslin sălbatic, sau dintr-o ramură de palmier, de finic, de laur, de mirt sau de vreo altă plantă asemănătoare, iar voi, care aveţi a lua o astfel de nestricăcioasă cunună, să petreceţi viaţa voastră în lenevire şi nebăgare de seamă. Oare nu vă trezeşte din acest vis măcar cuvântul Sfântului Apostol Pavel, care zice: *Au nu ştiţi că cei ce aleargă în arenă, toţi adică aleargă, dar unul ia premiul? Aşa să alergaţi, ca să-l luaţi. Şi oricine se luptă se înfrânează de la toate. Şi aceia, ca să ia cunună stricăcioasă; iar noi, nestricăcioasă* (I Cor. 9, 24-25).

Dar dacă, însufleţindu-vă de râvnă, vă veţi învrednici de asemenea biruinţe şi cununi strălucite, atunci să nu uitaţi, fraţii mei, să vă rugaţi către Domnul pentru iertarea păcatelor celui ce v-a fost ajutător la câştigarea unui asemenea bine prin mijlocirea acestei cărţi. Iar, mai înainte de toate, nu uitaţi să vă ridicaţi ochii la Cer şi să daţi mulţumire şi slavă Întâiului Izvor şi Săvârşitor al acestei biruinţe a voastre, lui Dumnezeu şi Arhistrategului Domnului nostru Iisus Hristos, zicând fiecare dintre voi spusa lui Zorobabel: *De la Tine este biruinţa, şi de la Tine este înţelepciunea, şi a Ta este slava, şi eu robul Tău sunt* (III Ezd. 4, 59), şi cea a proorocului David: *Ţie, Doamne, mărirea şi puterea şi lauda şi biruinţa şi tăria* (I Par. 29, 11), acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

PARTEA ÎNTÂI

CAPITOLUL 1

În ce constă desăvârşirea creştină? Pentru dobândirea ei este nevoie de luptă. Patru lucruri de neapărată trebuinţă pentru victoria în această luptă

Noi toţi dorim în chip firesc şi avem poruncă să fim desăvârşiţi. Domnul porunceşte: *Fiţi dar voi desăvârşiţi, precum şi Tatăl vostru Cel din ceruri desăvârşit este* (Mat. 5, 48); Sfântul Apostol Pavel îndeamnă: *Cu răutatea fiţi prunci, iar cu mintea fiţi desăvârşiţi* (I Cor. 14, 20); în altă parte la el citim: *ca să staţi desăvârşiţi şi pliniţi* (Col. 4, 12) şi iarăşi: *spre desăvârşire să ne aducem* (Evr. 6, 1).

Această poruncă era propovăduită şi în Legea Veche. Astfel, Dumnezeu glăsuia către Israel în Deuteronom: *Desăvârşit să fii înaintea Domnului Dumnezeului tău* (Deut. 18, 13). Şi Sfântul David acelaşi lucru îl porunceşte fiului său, Solomon: *Şi acum, Solomone fiule, cunoaşte pe Dumnezeul părinţilor tăi şi slujeşte Lui cu inimă desăvârşită şi cu suflet voitor* (I Par. 28, 9). După toate acestea nu se poate să nu vedem că Dumnezeu cere de la creştini plinătatea desăvârşirii, adică cere ca noi să fim desăvârşiţi în toate virtuţile.

Dar, dacă tu, o, iubite întru Hristos cititorule al meu, doreşti să ajungi la o astfel de înălţime, întâi ţi se

cuvine să cunoşti în ce constă desăvârşirea creştină. Căci dacă nu vei cunoaşte aceasta, vei fi în pericol să te abaţi de la adevărata cale şi, gândindu-te că mergi spre desăvârşire, să te îndrepţi în cu totul altă parte.

Îţi spun de-a dreptul: Cea mai mare şi mai desăvârşită lucrare pe care o poate dori şi dobândi omul este apropierea de Dumnezeu şi rămânerea în unire cu El.

Dar nu puţini sunt cei care zic că desăvârşirea vieţii creştine constă în postiri, în privegheri, în metanii, în culcări pe pământul gol şi în alte asemenea aspre chinuiri ale trupului. Alţii zic că ea constă în rostirea a multe rugăciuni acasă şi în participarea la slujbe lungi în biserică. Şi sunt şi dintre aceia care socotesc că desăvârşirea noastră constă cu totul în rugăciunea minţii, în însingurare, în pustnicie şi în tăcere. Însă cea mai mare parte limitează desăvârşirea la împlinirea exactă a tuturor pravilelor privitoare la lucrarea de nevoinţă, neabătându-se nici în excese şi nici în lipsuri, ci ţinând aurita cale de mijloc. Totuşi toate aceste fapte bune singure nu constituie desăvârşirea creştină pe care o urmărim, ci sunt doar mijloace şi unelte pentru a o dobândi.

Iar că ele sunt mijloace şi unelte eficace pentru dobândirea desăvârşirii nu este nici o îndoială. Căci vedem pe foarte mulţi bărbaţi plini de virtute care le întrebuinţează cum se cuvine, cu scopul de a dobândi prin aceasta întărire şi putere împotriva păcătoşeniei şi răutăţii lor, pentru a câştiga de la ele bărbăţia de a se împotrivi ispitelor şi amăgirilor din partea celor trei vrăjmaşi de obşte ai noştri – adică trupul, lumea şi diavolul –, pentru a se înarma în ele şi prin ele cu acele ajutoare duhovniceşti care sunt atât de trebuincioase tuturor robilor lui Dumnezeu şi mai ales noilor începători. Ei postesc pentru a-şi supune trupul lor neascultător; priveghează ca să-şi ascută vederea

Toată nevoința și fapta bună le împlinim pt. a nu cădea în păcat, dar nu ele sunt scopul, ci doar mijloacele.

ochiului minţii lor; dorm pe pământul gol ca să nu se moleşească cu somnul; îşi înfrânează limba cu tăcerea şi se însingurează ca să scape şi de cea mai mică pricină de a face ceva care să fie neplăcut lui Dumnezeu; spun rugăciuni, stau cu luare aminte la slujbele bisericeşti şi săvârşesc şi alte fapte de evlavie, pentru ca atenţia lor să nu se depărteze de la lucrurile cereşti; citesc despre viaţa şi patimile Domnului nostru nu pentru altceva, decât pentru a-şi cunoaşte mai bine propria lor răutate şi milostiva bunătate a lui Dumnezeu, pentru a se învăţa şi a dori să urmeze Domnului nostru Iisus Hristos cu lepădare de sine şi cu crucea pe umerii lor, şi pentru a înfierbânta din ce în ce mai mult în ei dragostea către Dumnezeu şi neiubirea de sine.

Pe de altă parte însă, aceleaşi fapte bune amintite pot să pricinuiască mai multă vătămare decât nelucrarea lor, acelora care îşi aşază pe ele toată temelia vieţii şi a nădejdii lor. Aceasta se întâmplă nu din vina faptelor în sine, căci ele sunt toate cucernice şi sfinte, ci din vina acelora care nu le folosesc după cum se cuvine, atunci când ei, luând aminte numai la săvârşirea lor dinafară, îşi lasă inima să alerge la voile lor proprii şi la cele ale diavolului, care, văzându-i pe dânşii că s-au abătut de la calea cea dreaptă, nu numai că nu îi împiedică să se nevoiască cu bucurie la nevoinţele acestea trupeşti, ci îi lasă şi mai mult să le sporească şi să le înmulţească, după gândul lor cel deşert. Simţind apoi unele mişcări şi mângâieri ale duhului, aceşti nevoitori încep să cugete despre sine că s-au înălţat deja până la cetele arhanghelilor şi cum că simt întru sine prezenţa lui Dumnezeu Însuşi. Alteori, adâncindu-se în contemplarea unor lucruri abstracte şi nepământeşti, îşi închipuie despre sine că ar fi ieşit cu totul din lumea aceasta şi ar fi fost răpiţi până la al treilea cer.

Dar cât de greşit lucrează unii ca aceştia şi cât sunt de departe de adevărata desăvârşire, poate să înţeleagă oricine din viaţa şi năravurile lor. Căci ei de obicei voiesc să fie cinstiţi mai mult decât ceilalţi în orice împrejurare, vor să trăiască după voia proprie şi sunt totdeauna încăpăţânaţi în hotărârile lor; sunt orbi în toate cele ce îi privesc pe ei, dar sunt foarte ageri şi sârguitori în a examina faptele şi cuvintele celorlalţi. Dacă cineva începe să se bucure în faţa altora de cinstea pe care ei socotesc că o au, ei nu pot să sufere aceasta şi pe faţă i se împotrivesc; iar dacă cineva îi va împiedica pe ei de la ocupaţiile lor evlavioase şi de la lucrările lor de nevoinţă, îndeosebi de faţă cu alţii – ferească Dumnezeu! –, îndată se tulbură, îndată fierb de mânie şi se fac cu totul alţii faţă de cum erau înainte.

Iar dacă Dumnezeu, vrând să-i aducă pe ei la cunoştinţa de sine şi să-i îndrepteze pe adevărata cale a desăvârşirii, le trimite necazuri şi boli sau îngăduie să fie supuşi prigoanelor – prin care El obişnuieşte să încerce care sunt robii Lui cei curaţi şi adevăraţi –, atunci se descoperă ce se ascundea în inimile lor şi cât de adânc erau stricate de mândrie. Căci orice întristare li s-ar întâmpla, ei nu vor să-şi supună grumajii lor sub jugul voii lui Dumnezeu şi să se împace cu judecăţile Sale cele drepte şi ascunse. Ei nu doresc să urmeze pildei Fiului Său, a Domnului nostru Iisus Hristos, Care S-a smerit şi a pătimit pentru noi, şi nu vor să se smerească mai prejos decât toate zidirile şi să-i socotească pe prigonitorii lor ca pe nişte prieteni iubiţi, unelte ale dumnezeieştii bunătăţi faţă de ei şi ajutători ai mântuirii lor.

Pentru aceea arătat este că se află în mare primejdie. Căci având ochiul lor cel dinăuntru, adică mintea lor, întunecat, cu acela se văd şi pe sine şi se văd greşit. Cugetând la faptele lor de evlavie din afară că ar

fi bune, gândesc că au ajuns deja la desăvârşire şi, mândrindu-se pentru aceasta, încep să-i osândească pe ceilalţi. După aceasta nu mai este cu putinţă ca cineva dintre oameni să-i întoarcă pe unii ca aceştia, decât numai lucrarea anume a lui Dumnezeu. Căci mai lesne se schimbă spre bine cel arătat păcătos decât cel ascuns şi acoperit cu acoperământul faptelor bune făcute la arătare.

Acum, dar, după ce ai cunoscut limpede şi lămurit că viaţa duhovnicească şi desăvârşirea nu constau doar din aceste fapte bune văzute, despre care am zis, să ştii şi aceasta că ele nu constau în nimic altceva decât în apropierea de Dumnezeu şi în unirea cu El, după cum am spus la început. Legat de acestea se află mărturisirea din inimă a bunătăţii şi măreţiei lui Dumnezeu şi conştiinţa propriei noastre nimicnicii şi a înclinaţiei noastre spre tot răul; dragostea către Dumnezeu şi neiubirea de sine; supunerea nu numai faţă de Dumnezeu, ci şi faţă de toate zidirile pentru dragostea lui Dumnezeu; lepădarea de toată voia noastră proprie şi desăvârşita ascultare de voia dumnezeiască; şi, în plus, dorirea tuturor acestora şi săvârşirea lor din inimă curată, spre slava lui Dumnezeu (vezi I Cor. 10, 31), numai pentru a fi bineplăcuţi Lui şi pentru că aşa voieşte El Însuşi şi aşa ni se cade să-L iubim şi să-I slujim.

Iată legea dragostei cea scrisă de degetul lui Dumnezeu Însuşi în inimile robilor Săi celor credincioşi! Iată lepădarea de sine pe care o cere Dumnezeu de la noi! Iată jugul cel binecuvântat al lui Iisus şi povara Lui cea uşoară! Iată supunerea la voia cea dumnezeiască pe care o cere de la noi Izbăvitorul şi Învăţătorul nostru prin pilda şi glasul Său! Căci oare nu ne-a poruncit Stăpânul şi Mântuitorul nostru, Domnul Iisus Hristos, să zicem în rugăciunea către Tatăl ceresc: *Tatăl nostru... Facă-se*

voia Ta, precum în cer, aşa şi pe pământ (Mat. 6, 9-10)? Şi El Însuşi, intrând în nevoinţa pătimirii, oare nu a strigat: *Nu voia mea, Tată, ci voia Ta să se facă* (Lc. 22, 42)? Şi oare nu a zis în toate lucrările Sale: *M-am coborât din cer nu ca să fac voia Mea, ci voia Celui ce M-a trimis pe Mine* (In. 6, 38)?

Deci vezi acum, frate, despre ce este vorba? Bănuiesc că eşti hotărât şi năzuieşti să ajungi la înălţimea acestei desăvârşiri. Binecuvântată fie râvna ta! Dar pregăteşte-te şi de osteneală, sudoare şi luptă încă de la primii paşi ai drumului tău. Trebuie să jertfeşti totul lui Dumnezeu şi să faci numai voia Lui. Dar tu vei întâlni în tine însuţi atâtea vreri câte puteri şi nevoi ai, care toate cer să le împlineşti, fără a ţine socoteală dacă ele sunt sau nu după voia lui Dumnezeu. De aceea pentru a atinge ţelul dorit de tine, trebuie la început să-ţi înăbuşi voile tale proprii, iar la sfârşit să le defaimi şi să le stârpeşti cu totul. Iar pentru a reuşi în aceasta, trebuie ca neîncetat să te împotriveşti ţie în cele rele şi să te imboldeşti spre bine. Cu alte cuvinte, trebuie mereu să te lupţi cu tine însuţi şi cu tot ceea ce îţi satisface voile, le stârneşte şi le susţine. Deci pregăteşte-te de o astfel de luptă şi război, căci cununa – atingerea ţelului dorit de tine – nu este dată decât acelor luptători care sunt viteji şi curajoşi.

Dar pe cât acest război este mai greu decât oricare altul (căci intrând în război cu noi, întâmpinăm împotrivire chiar în noi înşine), pe atât şi biruinţa în acesta este mai slăvită decât oricare alta şi, ceea ce este cel mai important, mai bineplăcută decât toate lui Dumnezeu. Căci dacă, însufleţit de sârguinţă, vei birui şi vei omorî patimile, poftele şi voile tale cele fără de rânduială, atunci vei fi mai bineplăcut lui Dumnezeu şi-I vei sluji Lui mai bine decât dacă te-ai chinui până la

sânge şi te-ai istovi cu postul mai mult decât toţi pustnicii cei de demult. Şi chiar dacă ai răscumpăra sute de robi creştini din mâinile păgânilor, dându-le libertate, aceasta nu te va mântui, dacă tu însuţi vei rămâne în robia patimilor. Şi orice lucrare vei întreprinde, fie ea chiar şi cea mai slăvită, şi cu oricâtă trudă şi jertfă o vei săvârşi, nu te va duce la ţelul dorit de tine, dacă nu vei lua aminte la patimile tale şi le vei da libertate să vieze şi să lucreze în tine.

Deci acum, după ce ai învăţat în ce constă desăvârşirea creştină şi că pentru dobândirea ei trebuie să duci un război necontenit şi aspru cu tine însuţi, ţi se cuvine, dacă vrei cu adevărat să fii biruitor în acest război nevăzut şi să te învredniceşti de cunună, să sădeşti în inima ta următoarele patru stări şi lucrări duhovniceşti, ca şi cum te-ai întrarma cu cele mai de nădejde şi nebiruite arme, şi anume: (a) niciodată să nu te încrezi în tine însuţi în nimic; (b) să porţi întotdeauna în inimă o încredere desăvârşită şi plină de curaj numai în Dumnezeu; (c) să te nevoieşti neîncetat şi (d) totdeauna să te afli în rugăciune.

CAPITOLUL 2

Niciodată nu trebuie să ne încredem în noi sau să ne bizuim pe noi înşine în nici un lucru

A nu te încrede întru tine, iubite frate al meu, este atât de necesar în acest război, încât, fără aceasta, să fii încredinţat că nu numai nu vei putea dobândi biruinţa pe care o doreşti, ci nici măcar nu te vei putea împotrivi la cea mai mică năvălire a vrăjmaşului. Întipăreşte-ţi aceasta cât mai adânc în mintea şi în inima ta.

Din vremea călcării de poruncă a strămoşilor noştri, în ciuda slăbirii puterilor noastre duhovniceşti şi

morale, obişnuim să avem o părere foarte înaltă despre noi înşine. Deşi experienţa de zi cu zi ne arată foarte luminat neadevărul acestei păreri, noi, înşelându-ne pe noi înşine într-un chip de neînţeles, nu încetăm să credem că suntem ceva şi încă ceva de seamă. Totuşi, această boală duhovnicească a noastră, care foarte cu anevoie se descoperă şi este recunoscută, este mai potrivnică lui Dumnezeu decât orice altceva din noi, fiind prima fiică a iubirii noastre de sine şi izvorul, rădăcina şi pricina tuturor patimilor, căderilor şi josniciilor noastre. Ea închide acea poartă a minţii sau a duhului nostru, prin care intră harul dumnezeiesc, neîngăduind acestui har să intre şi să se sălăşluiască în om. Şi atunci el se retrage de la noi. Căci cum poate veni harul să lumineze sau să ajute pe acel om care crede despre sine că este ceva mare, că ştie totul singur şi nu are nevoie de nici un ajutor de nicăieri? Domnul să ne izbăvească de o asemenea patimă şi boală luciferică! Pe cei care au această patimă a părerii de sine Dumnezeu îi mustră cu asprime prin prorocul, spunând: *Vai celor înţelepţi întru sine şi înaintea lor pricepuţi* (Is. 5, 21). De aceea şi apostolul ne spune: *Nu fiţi înţelepţi întru voi înşivă* (Rom. 12, 16).

Însă urând această rea părere de sine din noi, Dumnezeu nu iubeşte şi nu doreşte nimic atât de mult, decât să vadă în noi o recunoaştere sinceră a nimicniciei noastre şi o deplină convingere şi simţire că tot ce este bun în noi, în firea noastră şi în viaţa noastră, ne vine nouă numai de la El, Care este izvorul a tot binele, şi că de la noi nu poate ieşi nimic cu adevărat bun – nici vreun gând bun, nici vreo faptă bună. De aceea El Însuşi se îngrijeşte să sădească acest vlăstar ceresc în inimile iubiţilor Săi prieteni, trezind în ei nepreţuirea de sine şi întărind neîncrederea în sine. Aceasta o face câteodată

prin lucrarea harului şi prin luminări înăuntrul lor, alteori prin lovituri din afară şi necazuri, uneori prin ispite neaşteptate şi aproape de nebiruit, iar alteori şi prin alte mijloace, nu întotdeauna înţelese pentru noi.

Totuşi, deşi această lipsă de nădejde în ceva bun de la noi înşine şi nebizuirea pe sine este o lucrare a lui Dumnezeu în noi, cu toate acestea şi noi, la rândul nostru, trebuie să ne dăm toată silinţa şi să facem tot ce putem pentru dobândirea unei astfel de stări. Pentru aceasta, frate al meu, îţi însemnez aici patru chipuri prin care poţi, cu ajutorul lui Dumnezeu, să dobândeşti această neîncredere în sine, adică niciodată să nu te bizui pe sine în nimic.

a) Cunoaşte-ţi nimicnicia ta şi mereu să ţii minte că tu singur de la tine nu poţi face nici un bine prin care te-ai putea arăta vrednic de Împărăţia Cerurilor. Ascultă ce vorbesc părinţii cei înţelepţiţi de Dumnezeu: Sfântul Petru Damaschin adevereşte că „nimic nu este mai bine decât a-şi cunoaşte cineva neputinţa şi necunoştinţa sa şi nimic nu este mai rău decât a nu cunoaşte aceasta". Cuviosul Maxim Mărturisitorul ne învaţă că: „Temelia oricărei virtuţi este cunoaşterea neputinţei omeneşti". Iar Sfântul Ioan Gură de Aur ne încredinţează că: „Numai acela se cunoaşte pe sine cel mai bine, care socoteşte despre sine că nu este nimic".

b) Cere ajutor pentru aceasta de la Dumnezeu, cu rugăciuni fierbinţi şi smerite, fiindcă acesta este darul Său. Şi, de voieşti să-l primeşti, se cade mai întâi să sădeşti în tine convingerea că nu numai că eşti lipsit de această cunoştinţă de sine, ci şi că eşti întru totul neputincios a o dobândi tu singur. Apoi, stând cu îndrăzneală înaintea măreţiei lui Dumnezeu şi crezând cu tărie că, pentru milostivirea Sa nemăsurată, cu siguranţă îţi va da această cunoştinţă de sine în momentul şi în felul în

care va socoti de cuviinţă, nu te îndoi nicidecum că o vei dobândi cu adevărat.

c) Obişnuieşte-te întotdeauna să-ţi fie frică pentru tine şi să te temi de nenumăraţii vrăjmaşi cărora nu le poţi sta împotrivă nici măcar puţină vreme, să te temi de lunga lor experienţă în a se război cu noi, de vicleniile şi cursele lor, de preschimbările lor în îngeri ai luminii, de nenumăratele lor meşteşugiri şi mreje, pe care le aşază în taină pe calea vieţii tale virtuoase.

d) Dacă cazi în vreo greşeală, să te întorci cât mai repede spre înţelegerea neputinţei tale şi spre recunoaşterea ei, fiindcă de aceea te-a lăsat Dumnezeu să cazi, ca să-ţi cunoşti mai bine neputinţa ta şi aşa să te înveţi nu numai a te defăima pe tine însuţi, ci şi a voi să fii defăimat şi de ceilalţi pentru neputinţa ta. Să ştii că fără de această voire nu se poate să se nască în tine şi să se înrădăcineze virtuoasa neîncredere în sine, care este temelia şi începutul adevăratei smerenii, şi care ea însăşi îşi are temelia în cunoaşterea din experienţă a neputinţei şi nesiguranţei proprii.

Din aceasta fiecare vede cât este de necesar celui ce voieşte a se uni cu Lumina Cerească a se cunoaşte pe sine şi cum milostivirea lui Dumnezeu pe cei mândri şi pe cei ce nădăjduiesc în ei înşişi îi călăuzeşte de obicei spre această cunoaştere prin căderile lor, lăsându-i cu dreptate să cadă chiar în acea greşeală de care ei cred că se pot păzi prin puterile proprii, ca să-şi cunoască neputinţa lor şi să nu mai îndrăznească a se bizui pe sine nici într-aceasta, nici în nimic altceva.

Însă acest mijloc, deşi este foarte eficient, nu este şi fără de primejdie, iar Dumnezeu nu îl foloseşte întotdeauna, ci numai când toate celelalte mijloace, cele mai uşoare şi mai fireşti, pe care le-am pomenit, nu îl duc pe om la cunoştinţa de sine. Numai atunci, în cele

din urmă, îl lasă El pe om să cadă în păcate mai mari sau mai mici, pe cât este de mare sau mică mândria, îngâmfarea și părerea sa de sine. De aceea, acolo unde nu se află o astfel de îngâmfare și bizuire pe sine, acolo nu sunt nici căderi care să fie învățătură de minte. Deci, când ți se va întâmpla să cazi, aleargă îndată cu gândul la smerita cunoștință de sine și la o părere de sine și simțire umilită și cere de la Dumnezeu prin rugăciune cu căință ca să-ți dea lumină adevărată pentru a-ți cunoaște nimicnicia ta și a-ți întări inima ta în neîncrederea în tine, ca să nu cazi iarăși în același păcat sau chiar într-unul mai greu și mai vătămător.

Mai adaug la aceasta că nu numai atunci când cineva cade în vreun păcat, ci și atunci când cade într-o anumită nenorocire, în nevoi și în necazuri, îndeosebi în boală trupească grea și de lungă durată, trebuie să înțeleagă că de aceea pătimește, ca să ajungă la cunoștința neputinței sale și să se smerească. Pentru acest scop îngăduie Dumnezeu ca să vină asupra noastră tot felul de ispite de la diavolul, de la oameni și de la firea noastră stricată. Și Sfântul Apostol Pavel, văzând acest scop în încercările la care a fost supus în Asia, a zis: *Ci noi, în noi înșine, ne-am socotit ca osândiți la moarte, ca să nu ne punem încrederea în noi, ci în Dumnezeu, Cel ce înviază pe cei morți* (II Cor. 1, 9).

Și încă mai adaug și aceasta: Cel care vrea să-și cunoască neputința sa cu lucrul, din însăși viața sa, acela să încerce nu multe zile, ci și numai o singură zi, să-și pândească gândurile, cuvintele și faptele sale – la ce s-a gândit, ce a vorbit și a făcut. Fără îndoială că va afla că cea mai mare parte a gândurilor, cuvintelor și faptelor sale au fost greșite, nedrepte, nebune și rele. Această încercare îl va face să înțeleagă cât de neisprăvit și de neputincios este, iar apoi, plecând de la această înțelegere,

dacă îşi doreşte cu sinceritate binele, va ajunge să simtă cât de nebuneşte este să aştepte vreun bine de la sine însuşi şi să se bizuiască pe sine.

CAPITOLUL 3

Despre nădejdea numai în Dumnezeu şi despre încrederea în El

Măcar că este atât de necesar în acest război a nu ne încrede deloc în noi, precum am zis, cu toate acestea, dacă vom lepăda pur şi simplu toată nădejdea în noi şi ne vom deznădăjdui de noi înşine, negăsind un alt sprijin, cu adevărat ori o vom lua la fugă îndată de pe câmpul de luptă, ori vom fi biruiţi şi luaţi în robie de vrăjmaşii noştri. Pentru aceasta, pe lângă desăvârşita lepădare de sine, trebuie să sădim în inimile noastre şi desăvârşita nădejde în Dumnezeu şi deplina încredere în El, adică trebuie să simţim cu întreaga inimă că nu avem pe nimeni pe care să ne bizuim, fără numai pe Dumnezeu, şi că numai de la El putem aştepta tot binele, tot ajutorul şi toată biruinţa. Căci, precum de la noi înşine, care suntem nimic, nu aşteptăm nimic altceva decât piedici şi căderi – din pricina cărora şi renunţăm la orice nădejde în noi –, aşa negreşit vom dobândi de la Dumnezeu toată biruinţa de îndată ce ne vom întrarma inima noastră cu o nădejde vie spre El şi o încredere deplină că vom primi ajutor de la Dânsul, după cum zice psalmul: *spre Dânsul a nădăjduit inima mea şi m-a ajutat* (Ps. 27, 9).

Următoarele gânduri ne vor ajuta să ne întărim în această nădejde şi, prin mijlocirea ei, să dobândim orice ajutor:

(1) faptul că cerem ajutor de la Dumnezeu, Care, fiind atotputernic, poate face orice voieşte, drept urmare ne poate ajuta şi nouă;

(2) că cerem aceasta de la Dumnezeu, Care, fiind atotştiutor şi preaînţelept, cunoaşte totul în chipul cel mai desăvârşit şi, drept urmare, ştie pe deplin şi ce este mai potrivit pentru mântuirea fiecăruia dintre noi;

(3) că cerem ajutor de la Dumnezeu, Care, fiind nemărginit de bun, cu o negrăită dragoste ne stă înainte, pregătit şi doritor întotdeauna, în fiecare ceas şi în fiecare minut, să ne dea tot ajutorul de care avem nevoie pentru biruinţa deplină în războiul nostru duhovnicesc, de îndată ce alergăm la El cu încredere tare.

Şi cum este cu putinţă ca Acel bun Păstor al nostru, Care a alergat trei ani, căutând oaia cea pierdută, şi a umblat pe căi atât de ostenicioase şi spinoase, încât Şi-a vărsat sângele Său şi Şi-a dat viaţa; cum este cu putinţă, zic, acum, când această oaie merge în urma Sa, Îl strigă cu dragoste şi Îl cheamă în ajutor cu nădejde, să nu-Şi întoarcă privirea Sa asupra ei, să nu o audă, să nu o pună pe dumnezeieştii Săi umeri şi, ducând-o în mijlocul îngerilor cereşti, să nu facă prăznuire pentru bucuria aflării ei? Dacă Dumnezeul nostru nu încetează să caute cu mare sârguinţă şi dragoste pe păcătosul orb şi surd, precum femeia din Evanghelie căuta drahma cea pierdută, în ce chip l-ar părăsi pe el acum, când, ca o oaie pierdută, strigă şi cheamă pe Păstorul său? Şi cine va crede cândva că Dumnezeu, Care, după cuvântul Apocalipsei (3, 20), neîncetat bate la poarta inimii omului, poftind să intre înăuntru şi să cineze cu el, împărtăşindu-i darurile Sale – cine va crede că Însuşi acest Dumnezeu va rămâne surd şi nu va dori să intre, atunci când omul îşi va deschide inima sa către El şi Îl va chema?

(4) în sfârşit, cel de-al patrulea mijloc de a dobândi o nădejde tare în Dumnezeu şi de a câştiga grabnicul Său ajutor este aducerea aminte a tuturor pildelor de

neîntârziată ajutorare dumnezeiască care sunt înfăţişate în Dumnezeieştile Scripturi. Aceste pilde, atât de numeroase, ne arată cel mai luminat că niciodată nu a rămas cineva ruşinat sau neajutat, din cei care au nădăjduit spre Dumnezeu. *Căutaţi la neamurile cele de demult* – zice înţeleptul Sirah – *şi vedeţi cine a crezut Domnului şi s-a ruşinat?* (Sir. 2, 10).

Deci, întrarmează-te, frate al meu, cu aceste patru arme şi intră cu bărbăţie în luptă şi războieşte-te cu curaj, cu încrederea deplină că ai să biruieşti. Deoarece cu ajutorul lor vei câştiga cu adevărat desăvârşita nădejde în Dumnezeu, iar astfel de nădejde va atrage neîncetat ajutorul lui Dumnezeu şi te va înconjura cu putere nebiruită. În cele din urmă acestea două împreună – nădejdea în Dumnezeu şi ajutorul Său – vor înrădăcina în tine desăvârşita neîncredere în sine. Despre această neîncredere în sine nu am pierdut nici un prilej să-ţi amintesc în acest capitol, fiindcă nu ştiu cine nu ar avea nevoie vreodată să i se amintească de aceasta. Aşa de adânc s-a înrădăcinat în noi şi aşa de tare s-a lipit această preţuire de sine – că am fi ceva, şi încă ceva nu fără de însemnătate –, încât ea aproape totdeauna vieţuieşte ascunsă în inima noastră, ca o mişcare subţire şi neobservată, chiar şi atunci când noi suntem convinşi că nu avem deloc încredere în sine, ci, dimpotrivă, că avem nădejde deplină în Dumnezeu. De aceea, ca să scapi, pe cât este cu putinţă, de o asemenea deşartă părere de sine şi să lucrezi fără nici o încredere în sine, îngrijeşte-te de fiecare dată ca recunoaşterea şi simţirea neputinţei tale să premeargă recunoaşterii atotputerniciei lui Dumnezeu, iar acestea două împreună să premeargă oricărei tale fapte.

CAPITOLUL 4

Cum poate cineva cunoaşte dacă lucrează cu neîncredere în sine şi cu desăvârşită încredere în Dumnezeu

Adeseori se întâmplă că unii care se bizuiesc pe sine socotesc că nu au nici o nădejde în ei înşişi şi că toată nădejdea şi-o pun în Dumnezeu şi doar în El se încred. De fapt însă nu este aşa. Despre aceasta se pot lămuri ei înşişi, judecând după ce se va petrece în ei şi cu ei atunci când li se va întâmpla să cadă. Dacă ei, scârbindu-se pentru căderea lor şi mustrându-se şi ocărându-se pentru aceasta, în acelaşi timp se gândesc în sinea lor că „voi face aceasta şi aceea, urmările căderii se vor şterge, şi totul va fi iarăşi cum trebuie" – acesta este un semn arătat că şi mai înainte de căderea lor ei se încredeau în ei înşişi, iar nu în Dumnezeu. Şi cu cât mâhnirea lor este mai întunecată şi fără de mângâiere, cu atât mai arătat este că ei foarte mult s-au încrezut în sine şi foarte puţin în Dumnezeu. De aceea şi mâhnirea pricinuită de căderea lor nu este alinată de nici o mângâiere. Iar acela care nu se bizuieşte pe sine, ci nădăjduieşte în Dumnezeu, acela, când va cădea, nu se minunează prea tare de aceasta şi nici nu se scârbeşte peste măsură, pentru că ştie că aceasta i s-a întâmplat din pricina neputinţei lui şi mai ales din puţina lui nădejde spre Dumnezeu. De aceea, ca urmare a căderii lui, îşi întăreşte neîncrederea în sine şi se străduieşte mai mult să înmulţească şi să adâncească smerita lui nădejde în Dumnezeu. Iar mai apoi, urând patimile cele fără de rânduială care au fost pricina căderii lui, îndură paşnic şi liniştit ostenelile pocăinţei pentru faptul că L-a întristat pe Dumnezeu şi, întrarmat cu mai multă nădejde în Dumnezeu, cu cea mai mare bărbăţie şi hotărâre îşi urmăreşte vrăjmaşii săi până la moarte.

Acestea ce le-am zis mai sus aş fi dorit să le cugete anumite feţe care gândesc despre sine că sunt îmbunătăţite şi duhovniceşti, dar care, atunci când cad în vreo greşeală, sunt cuprinse de chinuri, se tulbură şi nu îşi găsesc pacea. Mai apoi, istovite de aceste scârbe şi supărări ce li se nasc lor mai mult din iubirea de sine decât din altceva, aleargă, mânate tot de iubirea de sine, la părintele lor duhovnicesc, ca să fie slobozite de această povară. Dar ei ar fi trebuit să facă aceasta îndată după cădere, şi să o facă nu pentru altceva, decât din dorinţa de a spăla cât mai repede întinăciunea păcatului prin care au întristat pe Dumnezeu, şi de a primi, prin preasfânta taină a pocăinţei şi mărturisirii, putere nouă de a lupta împotriva lor înşişi.

CAPITOLUL 5

Despre părerea greşită a multora, care socotesc prea multa mâhnire o virtute

Încă mai greşesc şi aceia care socotesc că este o virtute prea multa mâhnire pe care o simt după săvârşirea păcatului, neînţelegând că aceasta izvorăşte în ei din mândrie şi din părere de sine, întemeiate pe faptul că ei nădăjduiesc prea mult în ei şi în puterile lor. Căci, socotindu-se ei că sunt ceva, s-au împovărat cu multe, nădăjduind să se descurce singuri cu ele. Dar văzând acum din experienţa căderii lor, că nu au nici o putere, se minunează ca şi cum ar fi întâlnit ceva neaşteptat, se tulbură şi se împuţinează cu sufletul, fiindcă văd căzut şi răsturnat la pământ chiar acel reazem (adică pe ei înşişi), în care îşi puseseră toate aşteptările şi nădejdile lor. Aceasta însă nu se întâmplă celui smerit, care nădăjduieşte numai spre Dumnezeu, neaşteptând nimic cu adevărat bun de la sine însuşi. De aceea, în orice greşeală

ar cădea, măcar că simte povara ei şi se mâhneşte, cu toate acestea nu se tulbură, nici nu este clătinat de îndoială, căci ştie că toate acestea i s-au întâmplat lui din neputinţa sa proprie, pe care a mai încercat-o şi în alte căderi, nefiind pentru el o noutate neaşteptată.

CAPITOLUL 6

Câteva sfaturi care servesc la stabilirea limitelor şi întinderii neîncrederii în sine şi a nădejdii desăvârşite în Dumnezeu

Fiindcă toată puterea prin care se biruiesc vrăjmaşii noştri se naşte din neîncrederea în noi înşine şi din nădejdea în Dumnezeu, este necesar, frate al meu, să dobândeşti cunoştinţe precise despre acestea, pentru ca să câştigi o asemenea putere şi să o menţii mereu în tine, cu ajutorul lui Dumnezeu. Deci să ştii prea cu încredinţare că nici toate talentele şi bunele însuşiri, fie ele fireşti sau dobândite, nici toate harurile primite în dar, nici cunoaşterea întregii Scripturi, nici faptul că am lucrat multă vreme în slujba lui Dumnezeu şi ne-am obişnuit în a-I sluji, nici toate acestea împreună nu ne vor face pe noi a împlini dumnezeiasca Lui voie aşa cum se cuvine, dacă la orice faptă bună bineplăcută lui Dumnezeu, care ne stă înainte pentru a o săvârşi, în orice primejdie de care vrem să scăpăm, la orice cruce pe care trebuie să o purtăm după voia Lui, dacă, zic, în toate aceste împrejurări şi în altele asemenea, un anume ajutor al lui Dumnezeu nu va însufleţi inima noastră şi nu ne va da putere să săvârşim cele de trebuinţă, precum a zis Domnul: *Fără de Mine nu puteţi face nimic* (In. 15, 5). De aceea, în toată viaţa noastră, în toate zilele, ceasurile şi minutele suntem datori să ţinem neschimbată în inima noastră o asemenea simţire, convingere şi dispoziţie, că

în nici un chip şi nici măcar cu gândul, nu ne vom putea bizui sau nădăjdui cândva în noi înşine.

Iar cât despre nădejdea în Dumnezeu, pe lângă cele ce am zis deja în capitolul 3, voi adăuga şi următoarele: să ştii că nimic nu este mai uşor lui Dumnezeu decât a-ţi da biruinţă asupra vrăjmaşilor tăi, fie ei puţini sau mulţi, fie ei vechi şi puternici sau noi şi neputincioşi. Totuşi El are un timp şi o rânduială a Sa pentru toate. Pentru aceea, chiar dacă un suflet este încărcat peste măsură de păcate, chiar dacă este vinovat de toate nelegiuirile lumii, chiar dacă este întinat oricât şi-ar putea închipui cineva, şi chiar dacă a folosit, cât a vrut şi cât a putut, toate mijloacele şi toate nevoinţele, ca să lase păcatul şi să se întoarcă pe calea binelui, şi nu a putut nicidecum a câştiga măcar o fărâmă de bine, ba, dimpotrivă, s-a afundat mai mult în rău, cu toate acestea nu i se cade a slăbi în nădejdea spre Dumnezeu, nici a lăsa vreodată armele şi nevoinţele duhovniceşti, ci trebuie să lupte şi iar să lupte cu sine însuşi şi cu vrăjmaşii săi, cu toată bărbăţia şi neobosit. Căci trebuie să ştii şi să înţelegi că în acest război nevăzut numai acela nu piere care nu va înceta a se război şi a nădăjdui spre Dumnezeu, al Cărui ajutor niciodată nu îi părăseşte pe cei ce se luptă în oştile Sale, măcar că uneori îngăduie să fie răniţi. Deci să se lupte fiecare, fără a da înapoi, căci întru a lupta neîncetat stă totul. Iar Dumnezeu are întotdeauna pregătite doctorii pentru cei loviţi de vrăjmaşi şi ajutor pentru doborârea acelora, pe care la vremea cuvenită le va da luptătorilor Săi, care-L caută şi au nădejde tare în El. În ceasul când ei nu se vor aştepta vor vedea cum vor pieri vrăjmaşii lor cei mândri, precum este scris: *Sfârşit-a războinicul Babilonului de a bate război* (Ier. 51, 30).

CAPITOLUL 7

Despre cum se cuvine a ne deprinde mintea noastră, ca să nu sufere de neştiinţă

Dacă neîncrederea în sine şi nădejdea în Dumnezeu, atât de necesare în acest război, vor rămâne singure în noi, nu numai că nu vom birui, dar ne vom prăbuşi în şi mai mare rău. Pentru aceea, împreună cu acestea şi alături de ele, trebuie să săvârşim şi un anumit fel de lucrări sau exerciţii de deprindere duhovnicească.

În rândul acestor exerciţii pe primul loc trebuie să stea exerciţiile minţii şi ale voii.

Mintea trebuie să o izbăvim şi să o păzim de neştiinţă, care este foarte vătămătoare, pentru că o întunecă şi o împiedică să cunoască adevărul, care este obiectul său propriu şi ţinta strădaniilor sale. De aceea trebuie să o exersăm pentru a fi luminată şi curată, capabilă de a desluşi bine ce ne este de trebuinţă pentru a ne curăţi sufletul de patimi şi a-l împodobi cu fapte bune.

Iar această luminare a minţii o putem primi prin două mijloace: Întâi şi mai de nevoie este rugăciunea, prin care trebuie să ne rugăm Duhului Sfânt să binevoiască a revărsa dumnezeiasca Sa lumină în inimile noastre, ceea ce negreşit va face, dacă într-adevăr vom căuta numai pe Dumnezeu, dacă ne vom strădui cu sinceritate ca întru toate să facem voia Lui, şi dacă în orice lucrare ne vom supune sfatului părinţilor noştri duhovniceşti iscusiţi şi nu vom face nimic fără a-i întreba.

Al doilea mijloc de exersare a minţii este neîncetata cercetare a lucrurilor şi adâncirea în cunoaşterea lor, pentru a vedea limpede care din ele sunt bune şi care rele, nu după cum le judecă simţurile şi lumea, ci după cum le judecă dreapta socoteală şi Duhul Sfânt sau cuvântul adevărat al Scripturilor de Dumnezeu insuflate, al

părinţilor purtători de duh şi al dascălilor Bisericii. Căci atunci când această cercetare şi adâncire în cunoaştere va fi dreaptă şi aşa cum se cuvine, ea ne va îngădui să înţelegem limpede că trebuie din toată inima să privim ca nimic şi deşarte şi mincinoase toate câte lumea cea oarbă şi stricată le iubeşte şi le caută în multe feluri. Şi anume: că cinstea, plăcerile şi bogăţiile lumii nu sunt nimic altceva decât deşertăciune şi moarte a sufletului; că ocările şi defăimările ce ni le face lumea ne pricinuiesc nouă adevărata slavă, iar necazurile bucurie; că a ierta pe vrăjmaşii noştri şi a le face bine este adevărată mărime de suflet şi una din trăsăturile cele mai însemnate ale asemănării cu Dumnezeu; că mai multă putere şi stăpânire arată cel ce defăimă lumea, decât cel care stăpâneşte peste toată lumea; că ascultarea de bună voie este o lucrare care arată mai multă bărbăţie şi putere a duhului, decât a supune mari împăraţi şi a stăpâni peste ei; că smerita cunoştinţă de sine trebuie preferată tuturor celorlalte cunoştinţe, chiar şi celor mai înalte; că a birui şi a omorî înclinaţiile şi poftele noastre rele, oricât ar fi de neînsemnate, este un lucru vrednic de mai mare laudă, decât a cuceri multe cetăţi, decât a înfrânge puternice oşti bine înarmate şi chiar decât a face minuni sau a învia morţi.

CAPITOLUL 8

De ce nu judecăm drept lucrurile şi în ce fel putem ajunge la o judecată dreaptă asupra lor

Pricina pentru care nu judecăm drept lucrurile despre care am vorbit mai înainte este că nu privim în adâncul lor pentru a vedea ceea ce sunt, ci le iubim sau le urâm de îndată, de la prima privire asupra lor şi după înfăţişarea lor exterioară. Această iubire sau ură faţă de ele pune stăpânire pe mintea noastră şi o întunecă, fapt

pentru care ea nu poate judeca drept asupra lor, după cum sunt ele cu adevărat. Deci, tu, frate al meu, de voieşti ca această înşelăciune să nu afle loc în mintea ta, ia seama bine la tine, şi când vezi vreun lucru cu ochii sau ţi-l închipui cu mintea, reţine-ţi cât poţi dorinţele tale şi nu-ţi îngădui ca de la prima vedere să îl îndrăgeşti sau să îl urăşti, ci examinează-l detasat numai cu mintea. În această situaţie, nefiind întunecată de patimă, mintea rămâne în firea ei, liberă şi curată, şi are putinţa de a cunoaşte adevărul şi a pătrunde întru adâncul lucrului, unde adeseori răul se ascunde sub o înfăţişare mincinoasă şi ispititoare, iar binele se află tăinuit sub o aparenţă rea.

Însă dacă dorinţa apucă mai înainte şi dintr-o dată fie iubeşte lucrul, fie se scârbeşte de el, atunci mintea ta nu-l mai poate cunoaşte bine, după cum se cuvine. Căci dacă o astfel de predispoziţie anterioară oricărei judecăţi, sau mai bine zis patimă, intră înăuntru, se aşază ca un zid între lucru şi minte şi, întunecând mintea, o face să gândească despre acel lucru cu patimă, adică altfel decât cum este el de fapt, şi prin aceasta încă mai mult întăreşte predispoziţia iniţială. Iar aceasta, cu cât mai mult înaintează, adică cu cât mai mult iubeşte sau urăşte acel lucru, cu atât mai mult întunecă mintea în legătură cu el, iar în cele din urmă o înnegurează desăvârşit. Atunci patima faţă de acel lucru ajunge la limita extremă, încât el i se pare omului mai iubit sau mai urât decât orice alt lucru pe care l-a iubit sau l-a urât vreodată. Astfel se întâmplă că atunci când nu este păzită rânduiala arătată de mine, adică de a-ţi reţine dorinţa de la a iubi sau a urî un lucru înainte de a-l examina, atunci amândouă aceste puteri ale sufletului, adică mintea şi voinţa, merg totdeauna rău, adâncindu-se din ce în ce mai mult din întuneric în întuneric, şi din greşeală în greşeală.

Deci, păzeşte-te, iubite, cu toată luarea aminte, de dragostea sau ura cu patimă a oricărui lucru, mai înainte de a reuşi să-l cercetezi bine în lumina raţiunii şi a cuvântului celui drept al dumnezeieştilor Scripturi, în lumina harului şi a rugăciunii şi cu ajutorul judecăţii părintelui tău duhovnicesc, ca să nu greşeşti şi să nu socoteşti pe cel cu adevărat bun drept rău, iar pe cel cu adevărat rău drept bun, cum se întâmplă de cele mai multe ori în cazul anumitor lucruri, care în sine sunt bune şi sfinte, însă din pricina împrejurărilor – adică pentru că se fac la vreme nepotrivită sau în loc necuvenit, sau nu în măsura în care se cade –, pricinuiesc nu mică vătămare acelora ce le săvârşesc. Şi ştim din experienţă ce fel de necazuri au avut de suferit unii pentru asemenea lucruri de laudă şi sfinte.

CAPITOLUL 9

Despre păzirea minţii de prea multele cunoştinţe fără de folos şi de curiozitatea deşartă

Precum este nevoie a ne păzi mintea de neştiinţă, după cum am zis mai înainte, tot aşa este nevoie a o păzi şi de cele opuse neştiinţei, adică de prea multele cunoştinţe şi de curiozitate. Căci, dacă o vom umple pe ea cu o mulţime de cunoştinţe, idei şi gânduri, fără a mai pomeni pe cele deşarte, necuviincioase şi vătămătoare, o vom face pe ea neputincioasă şi nu va mai putea să priceapă bine ce este de folos pentru adevărata îndreptare şi desăvârşire a noastră. De aceea, în ceea ce priveşte cunoaşterea lucrurilor pământeşti care nu sunt de neapărată trebuinţă, chiar dacă sunt îngăduite, trebuie să fii ca şi cum ai fi murit deja şi, adunându-ţi întotdeauna mintea înăuntrul tău cât mai concentrată, ţine-o golită de gândurile despre toate lucrurile lumii.

Lasă poveştile din trecut şi ştirile noi din prezent să treacă pe lângă tine, iar toate schimbările din lume şi din împărăţiile ei să fie pentru tine ca şi cum n-ar fi fost deloc, iar când cineva ţi le aduce, respinge-le şi alungă-le departe de inima şi imaginaţia ta. Ascultă ce zice Sfântul Vasile: „Să-ţi fie ţie auzirea veştilor lumeşti ca o gustare amară, iar cuvintele bărbaţilor celor cuvioşi precum un fagure de miere". Auzi şi cuvintele Proorocului David: *Spusu-mi-au călcătorii de lege deşertăciuni, dar nu sunt ca legea Ta, Doamne* (Ps. 118, 85). Iubeşte să asculţi doar lucruri duhovniceşti şi cereşti şi pe acestea să le înveţi, şi nu dori să ştii nimic din lume, în afară de Domnul *Iisus Hristos, şi Acesta răstignit* (I Cor. 2, 2), în afară de viaţa şi moartea Lui şi în afară de ceea ce El cere de la tine. Făcând aşa, vei fi bineplăcut lui Dumnezeu, Care are drept aleşi şi iubiţi ai Săi pe aceia care-L iubesc pe Dânsul şi se sârguiesc a face voia Lui.

Orice altă căutare sau cercetare este rodul şi hrana iubirii de sine şi a mândriei. Acestea sunt legăturile şi cursele diavolului, care, văzând că voinţa celor ce iau aminte la viaţa duhovnicească este puternică şi tare, caută să cucerească mintea lor cu astfel de curiozităţi, ca să stăpânească în acest fel şi pe una şi pe alta, adică şi mintea şi voinţa lor. Pentru aceea, el obişnuieşte să le dea gânduri înalte, subţiri şi iscoditoare, mai ales acelora dintre ei care sunt ascuţiţi la minte şi grabnici la cugetări înalte. Iar aceştia, atraşi de plăcerea stăpânirii şi cercetării acelor înţelegeri înalte, uită a-şi păzi curăţia inimii lor şi a lua aminte la smerita cugetare de sine şi la adevărata omorâre a patimilor. Şi astfel, fiind prinşi în mrejele mândriei şi ale părerii de sine, îşi fac din mintea lor un idol şi, ca urmare, puţin câte puţin, pe nesimţite ajung a socoti că nu mai au nevoie de sfătuire şi mustrare de la alţii, fiindcă s-au obişnuit ca la orice nevoie să alerge la idolul propriei lor înţelegeri şi judecăţi.

Acesta este un lucru foarte primejdios şi greu de tămăduit, căci mândria minţii este mult mai vătămătoare decât mândria voinţei. Fiindcă mândria voinţei, fiind vădită minţii, poate fi uneori tămăduită cu uşurinţă, supunându-o sub jugul a ceea ce se cuvine. Dar când mintea, bizuindu-se pe sine, se întăreşte în gândul că judecata ei proprie este mai bună decât a tuturor celorlalţi, de cine va mai putea fi tămăduită în cele din urmă? Oare va putea să asculte de cineva, când este încredinţată că judecata tuturor celorlalţi nu este atât de bună ca a sa proprie? Când acest ochi al sufletului – mintea – cu ajutorul căruia omul poate cunoaşte şi îndrepta mândria voinţei, este el însuşi orbit de mândrie şi rămâne netămăduit, cine mai poate tămădui voinţa? Atunci totul înăuntru se află într-o asemenea neorânduială încât nu mai este nici unde şi nici cine să mai pună un plasture tămăduitor. Pentru aceasta trebuie să te împotriveşti cât mai degrabă acestei primejdioase mândrii a minţii, mai înainte ca ea să pătrundă până în măduva oaselor tale. Stându-i împotrivă, înfrânează-ţi agerimea minţii şi supune-ţi cu smerenie părerea ta părerii celorlalţi. Fă-te nebun pentru dragostea lui Dumnezeu, dacă vrei să fii mai înţelept decât Solomon. *De i se pare cuiva dintre voi că este înţelept în veacul acesta, să se facă nebun, ca să fie înţelept* (I Cor. 3, 18).

CAPITOLUL 10

Cum să-ţi deprinzi voinţa ca în toate faptele ei, dinăuntru şi dinafară, să aibă ca scop final numai a bineplăcea lui Dumnezeu

Afară de exersarea minţii tale, trebuie să-ţi stăpâneşti şi voinţa în aşa fel, încât să nu o laşi pe ea să se plece dorinţelor ei, ci, dimpotrivă, să o conduci la a fi

desăvârşit una cu voinţa lui Dumnezeu. Totodată, ţine bine minte că nu-ţi este ţie de ajuns numai a voi şi a căuta întotdeauna cele ce sunt plăcute lui Dumnezeu, ci trebuie încă să le şi voieşti ca şi cum ai fi mişcat de Însuşi Dumnezeu şi numai cu scopul de a-I plăcea Lui cu inimă curată. Pentru a menţine acest scop trebuie să ducem o mai mare luptă cu firea decât pentru toate cele zise mai sus. Căci firea noastră este atât de plecată spre a-şi satisface hatârul, încât întru toate lucrurile sale, chiar şi în cele mai bune şi duhovniceşti, îşi caută odihna şi îndulcirea sa şi dintru acestea, pe nesimţite şi în ascuns, se hrăneşte cu poftă ca dintr-o mâncare.

De aici se întâmplă că atunci când ne stau nouă înainte lucrări duhovniceşti, îndată le poftim şi alergăm spre ele, însă nu ca mişcaţi de voia lui Dumnezeu sau nu numai cu scopul de a-I plăcea Lui, ci pentru acea mângâiere şi bucurie care se naşte în noi atunci când dorim şi căutăm acelea pe care le voieşte Dumnezeu de la noi. Această înşelare este cu atât mai ascunsă şi mai tăinuită cu cât este mai înalt în sine şi mai duhovnicesc lucrul dorit. De aceea nu trebuie să fim mulţumiţi doar a dori ceea ce voieşte Dumnezeu, ci trebuie încă să dorim aceasta precum, când, de ce şi pentru ce Acela o voieşte. Şi apostolul ne porunceşte să cercăm care este voia lui Dumnezeu, nu numai cea bună, ci şi cea bineplăcută şi în toate privinţele desăvârşită, zicând: *Nu vă potriviţi veacului acestuia, ci schimbaţi-vă la faţă întru înnoirea minţii voastre, ca să cercaţi voi care este voia lui Dumnezeu cea bună şi bineplăcută şi desăvârşită* (Rom. 12, 2). Fiindcă dacă în lucrarea noastră va fi o lipsă chiar şi numai într-o singură privinţă sau dacă noi o vom săvârşi nu cu toată voia noastră şi din toată puterea, atunci este arătat că aceasta este şi se numeşte nedesăvârşită. Înţelege din aceasta că şi atunci când noi

Îl dorim şi Îl căutăm pe Dumnezeu Însuşi, chiar şi în această dorire şi căutare pot să-şi facă loc unele greşeli şi lipsuri şi pot fi amestecate unele amăgiri ale iubirii noastre faţă de noi, adică ale iubirii de sine, fiindcă de multe ori căutăm mai mult folosul şi binele nostru decât voia lui Dumnezeu. Căruia îi sunt bineplăcute lucrurile făcute numai pentru slava Lui şi doreşte ca noi să-L iubim numai pe El, să-L dorim numai pe El şi doar pentru El să lucrăm.

Deci dacă tu, frate al meu, doreşti să te păzeşti de aceste curse ascunse în calea spre desăvârşire, dacă doreşti ca să te statorniceşti cu spor într-o asemenea bună dispoziţie de a dori şi a face totul numai pentru că aşa voieşte Dumnezeu, numai pentru slava şi buna plăcere a Lui, şi ca să-I slujeşti doar Lui, Celui care doreşte ca El să fie începutul şi sfârşitul la orice faptă şi gând al nostru, lucrează în felul următor:

Când ai a te apuca de o faptă care este după cum voieşte Dumnezeu sau care este bună în sine, să nu-ţi pleci îndată voinţa ta spre ea şi nu o dori, dacă nu îţi vei înălţa mai întâi mintea ta la Dumnezeu, să vezi de este şi voia Lui ca tu să o voieşti şi să o săvârşeşti, şi de Îi este bineplăcută Lui. Şi, când ai ajuns la convingerea că înclinaţia voii tale este determinată de însăşi voia lui Dumnezeu, atunci să doreşti şi să săvârşeşti acea faptă pentru că o doreşte Dumnezeu şi numai spre a bine-plăcea Lui şi spre slava Lui.

De asemenea, când vrei să te abaţi de la ceva care pare că nu este după voia lui Dumnezeu sau nu este bine, să nu te întorci de la aceea îndată, dacă nu-ţi vei aţinti mai întâi privirea minţii tale la dumnezeiasca Lui voie şi nu te vei încredinţa că aceasta este voia lui Dumnezeu, ca tu să te abaţi de la aceea pentru a-I plăcea Lui. Căci amăgirea firii noastre este foarte subţire şi pentru aceasta

nu este cunoscută de mulţi. Ea caută întru ascuns numai ce îi este plăcut ei, dar în acelaşi timp lucrează la arătare în aşa fel încât ni se pare că unicul ei scop este de a-I plăcea lui Dumnezeu, ceea ce de fapt nu este aşa.

În acest fel, se întâmplă de multe ori că, vrând sau nevrând ceva pentru noi înşine, pentru folosul nostru, ne gândim că vrem sau nu vrem aceasta numai pentru a-I plăcea lui Dumnezeu. Singurul mijloc pentru a scăpa de această amăgire de sine este curăţia inimii, care constă întru a ne dezbrăca de omul cel vechi şi a ne îmbrăca întru cel nou, şi spre acest scop se îndreaptă tot războiul nevăzut.

Dacă vrei să înveţi meşteşugul de a face aceasta, atunci ascultă. La începutul fiecărei tale fapte, ţi se cuvine să te goleşti, pe cât poţi, de orice dorinţă proprie şi să nu doreşti nici a face, nici a te abate de la vreun lucru, de nu vei simţi mai întâi că singurul lucru care te mişcă şi te atrage pe tine spre aceasta este conştiinţa voii lui Dumnezeu în această privinţă. Şi, dacă în toate lucrurile tale din afară şi, mai ales, în cele dinăuntru, ale sufletului, nu poţi simţi totdeauna cu adevărat această îndemnare de la Dumnezeu, mulţumeşte-te măcar de a avea totdeauna din partea ta această intenţie sinceră, ca în fiecare faptă a ta să nu ai în vedere nimic altceva decât a plăcea lui Dumnezeu.

Simţirea cu adevărat a îndemnării de la Dumnezeu se face fie prin luminare dumnezeiască sau strălucire gânditoare, prin care voia lui Dumnezeu se descoperă în mod contemplativ celor curaţi la inimă, fie prin insuflare lăuntrică de la Dumnezeu, printr-un anume cuvânt dinăuntru, fie prin alte lucrări ale dumnezeiescului dar, care se fac în inima curată, adică: fierbinţeală izvorâtoare de viaţă, bucurie negrăită, săltări duhovniceşti, umilinţă, lacrimi din inimă, dragoste dumnezeiască şi alte simţiri

iubitoare de Dumnezeu şi fericite, care au loc nu după voia noastră, ci de la Dumnezeu, nu prin lucrarea sau din iniţiativa noastră, ci în mod pasiv. Prin toate aceste simţiri ne încredinţăm că ceea ce căutăm să facem este după voia lui Dumnezeu. Dar mai înainte de toate, suntem datori să facem rugăciune curată şi prea fierbinte către Dumnezeu o dată, de două ori şi de mai multe ori, ca să lumineze întunericul nostru şi să ne înţelepţească. „Roagă-te de trei ori, spun marii stareţi Varsanufie şi Ioan, şi încotro înclină inima ta după aceea, aceea şi fă". Dar nu uita că toate hotărârile pe care le iei ca urmare a mişcărilor duhovniceşti lăuntrice pomenite mai sus, trebuie să le supui sfatului şi judecăţii celor iscusiţi.

În legătură cu faptele a căror săvârşire se întinde fie pe durata întregii tale vieţi, fie pentru o vreme mai mult sau mai puţin îndelungată, nu numai la început trebuie să ai în inimă hotărârea sinceră de a te osteni în ele numai pentru a bineplăcea lui Dumnezeu, dar şi după aceea, chiar până la sfârşit, eşti dator a înnoi de multe ori această dispoziţie. Căci dacă nu vei face aşa, vei fi în primejdia de a te încurca din nou în legăturile iubirii fireşti pentru tine însuţi, care, fiindcă se pleacă mai mult spre plăcerea proprie decât către a bineplăcea lui Dumnezeu, odată cu trecerea timpului, adesea reuşeşte pe nesimţite să ne abată de la buna noastră aşezare de la început şi să ne ducă la schimbarea primelor noastre scopuri şi intenţii bune. Pentru aceasta şi Sfântul Grigorie Sinaitul scria: „În fiecare ceas ia aminte la dispoziţia voii tale, prin cercetare amănunţită, în care parte se înclină, dacă pentru Dumnezeu sau pentru însuşi binele şi pentru folos sufletesc şezi liniştindu-te, sau cântând, sau citind, sau rugându-te, sau lucrând orice fel de faptă bună, ca nu cumva să te jefuieşti singur fără să ştii".

De aceea, cel care nu ia seama bine la aceasta, acela începe vreo faptă cu scopul de a plăcea numai Domnului său, dar apoi, puţin câte puţin, pe nesimţite, aduce înăuntrul lucrului şi propriul său interes, găsind în el şi satisfacerea dorinţelor sale, în aşa măsură încât uită cu totul de voia lui Dumnezeu. Apoi se leagă atât de strâns cu dulceaţa acelei fapte, încât, dacă Însuşi Dumnezeu îl va împiedica de la săvârşirea ei prin vreo neputinţă sau printr-o ispită de la draci sau de la oameni, sau prin alt fel, se tulbură cu totul şi adeseori osândeşte fie pe unul, fie pe altul că i-au făcut lui împiedicare în înfăptuirea lucrurilor pe care le iubeşte, ca să nu zic că uneori cârteşte şi împotriva lui Dumnezeu Însuşi. Acesta este un semn foarte lămurit că dispoziţia inimii lui nu a fost de la Dumnezeu, ci a răsărit din rădăcina putredă şi stricată a iubirii de sine.

Căci cel care este îndemnat la faptă doar de cunostinta voii lui Dumnezeu în acea privinţă şi de dorinţa de a fi bineplăcut Lui prin aceasta, acela niciodată nu voieste un lucru mai mult decât altul, chiar dacă unul ar fi înalt şi mare, iar celălalt mărunt şi fără de însemnătate, ci are aceeaşi dispoziţie a voii către amândouă, în măsura în care acestea sunt plăcute lui Dumnezeu. De aceea, unul ca acesta, fie că săvârşeşte un lucru înalt şi mare, fie unul mărunt şi neînsemnat, rămâne la fel de odihnit şi mulţumit, căci oricum el îşi dobândeşte scopul şi ţelul său – ca în toate lucrurile sale să fie bineplăcut lui Dumnezeu, fie în viaţă, fie în moarte, după cum spune Apostolul: *Pentru care ne şi nevoim, ca, ori petrecând* [în trup], *ori plecând* [din el], *să fim bineplăcuţi Lui* (II Cor. 5, 9). De aceea, iubite, întotdeauna fii cu luare aminte la tine şi adunat întru sine şi străduieşte-te în orice chip a-ţi îndrepta faptele tale numai spre acest scop.

Să fii unde şi cum te vrea Dumnezeu! (Arhim. Sofronie)

Dacă vreodată vei fi mişcat sufleteşte spre a face un lucru ca să scapi de muncile iadului sau ca să dobândeşti ca moştenire raiul, chiar şi atunci îţi poţi îndrepta în minte lucrul spre acelaşi scop final al tău – adică de a fi bineplăcut lui Dumnezeu prin umblarea în voia Lui –, căci Dumnezeu vrea ca tu să intri întru Împărăţia Sa, iar nu ca să te duci în iad.

Nimeni nu poate înţelege pe deplin câtă putere şi tărie are acest îndemn şi scop – de a bineplăcea lui Dumnezeu – în viaţa noastră duhovnicească. Căci chiar dacă vreo lucrare este de felul ei cea mai de rând şi mai de pe urmă, însă, dacă se face numai cu scopul de a plăcea lui Dumnezeu şi spre slava Lui, atunci devine nemăsurat mai preţioasă în ochii lui Dumnezeu decât multe alte lucrări înalte, slăvite şi foarte importante care se fac fără acest scop. De aceea, lui Dumnezeu îi este mai plăcut să vadă că dai un bănuţ unui sărac, numai cu scopul de a fi bineplăcut Lui, decât dacă te-ai lipsi de toată averea ta pentru un alt scop oarecare, chiar şi acela de a dobândi bunătăţile cereşti, deşi un asemenea ţel este bun şi de dorit.

Această nevoinţă lăuntrică, care se cade să o săvârşeşti la fiecare faptă a ta, adică a-ţi îndrepta gândurile, simţurile şi lucrurile tale numai spre a bineplăcea lui Dumnezeu, ţi se va părea la început ostenicioasă, dar apoi va deveni uşoară şi lesnicioasă, dacă, în primul rând, te vei deprinde neîncetat cu o asemenea lucrare duhovnicească, iar în al doilea rând, dacă vei înfierbânta întotdeauna întru tine dorul după Dumnezeu, suspinând după Dânsul cu o dorinţă vie a inimii tale, ca pentru unicul şi cel mai desăvârşit Bine, vrednic de a fi căutat pentru El Însuşi şi de a fi slujit şi iubit mai mult decât orice altceva.

Cu cât mai des se va săvârşi în conştiinţa noastră o astfel de căutare a binelui fără de margini în Dumnezeu şi cu cât mai adânc va pătrunde în simţirea inimii, cu atât mai dese şi mai fierbinţi vor fi lucrările voinţei noastre amintite mai sus şi cu atât mai repede şi mai uşor vom dobândi deprinderea de a face orice faptă a noastră numai pentru dragostea lui Dumnezeu şi pentru dorinţa de a bineplăcea Lui, Cel mai vrednic de toată iubirea.

CAPITOLUL 11

Câteva aduceri aminte care pot îndemna voinţa noastră a dori ca în orice faptă să fim bineplăcuţi lui Dumnezeu

Ca să poţi îndemna mai uşor voinţa ta spre a dori întru toate numai a fi bineplăcut lui Dumnezeu şi a-L slăvi pe El, adu-ţi aminte adeseori că El mai întâi te-a cinstit şi ţi-a arătat iubirea Sa în multe feluri: te-a zidit din nimic după chipul şi asemănarea Sa şi a făcut toate celelalte zidiri ca să-ţi slujească ţie; te-a izbăvit din robia diavolului, trimiţând nu un înger, ci pe Fiul Său Cel Unul-Născut, ca să te răscumpere pe tine nu cu argint şi aur stricăcios, ci cu nepreţuitul Său sânge şi cu moartea Sa cea prea cumplită şi înjositoare. Şi, peste toate acestea, în tot ceasul şi în fiecare clipă te păzeşte de vrăjmaşi, luptă pentru tine cu harul Său dumnezeiesc, pregăteşte pentru hrana şi apărarea ta Trupul şi Sângele Fiului Său în Preacuratele Taine.

Toate acestea sunt un semn al marii preţuiri şi iubiri pe care le are Dumnezeu faţă de tine, o preţuire atât de mare încât este de nepriceput cum un Împărat atât de mare arată o astfel de cinste nimicniciei şi ticăloşiei noastre. Înţelege de aici câtă cinste şi evlavie suntem noi datori a arăta slavei Lui celei atât de nemărginite, care a făcut pentru noi atâtea şi atâtea lucruri minunate. Dacă

nu ne putem reţine de a da mulţumiri, cinste, laudă şi supunere împăraţilor pământeşti care ne fac bine, cu cât mai mult, nemăsurat mai mult, trebuie să răsplătim noi, cei de nimic, Preaînaltului Împărat al tuturor, Care ne iubeşte şi ne cinsteşte fără de margini!

Dar mai mult decât toate cele spuse până acum, ţine minte totdeauna că măreţia lui Dumnezeu este în ea însăşi vrednică de toată cinstea, închinarea şi slujirea cu inimă curată spre bineplăcerea Lui.

CAPITOLUL 12

Despre multele dorinţe şi înclinaţii ale omului şi despre lupta dintre ele

Să ştii că, în acest război nevăzut, două voinţe care se află în noi se luptă una împotriva alteia: una aparţine părţii raţionale a sufletului şi de aceea este numită voinţă raţională, superioară; iar cealaltă aparţine părţii noastre simţitoare, şi pentru aceasta se numeşte voinţă simţitoare, inferioară, adesea purtând şi numele de voinţă iraţională, trupească, pătimaşă. Voinţa cea superioară doreşte întotdeauna numai cele bune, iar cea inferioară numai cele rele. Şi una şi cealaltă se lucrează de la sine, de aceea nici dorinţa bună în sine însăşi nu ni se socoteşte drept bună, nici dorinţa rea drept rea. Aprecierea depinde de înclinaţia voinţei noastre libere. Deci când înclinăm cu voinţa noastră liberă spre o dorinţă bună, aceasta ne este considerată ca bună, iar când înclinăm spre o dorinţă rea, aceasta ni se consideră ca rea. Aceste dorinţe urmează unele după altele: când vine o dorinţă bună, îndată i se opune o dorinţă rea; iar când vine o dorinţă rea, îndată i se opune o dorinţă bună. Însă voinţa noastră liberă este liberă să urmeze fie pe una, fie pe alta, şi spre care dorinţă se înclină, aceea este biruitoare de acea dată. În

aceasta şi constă tot războiul nostru duhovnicesc nevăzut. Scopul lui pentru noi ar trebui să fie acela de a nu îngădui deloc voinţei noastre libere să se încline de partea dorinţei inferioare, a voinţei trupeşti şi pătimaşe, ci întotdeauna să urmeze numai voinţei de sus, raţionale, căci ea este voia lui Dumnezeu, a cărei urmare este legea de bază a existenţei noastre: *Teme-te de Dumnezeu şi păzeşte poruncile Lui, căci acesta este lucru cuvenit fiecărui om* (Eccl. 12, 13) spune Înţeleptul. Fiecare dintre aceste dorinţe trag spre sine voinţa noastră liberă şi vor să şi-o supună. Înăbuşă dorinţa inferioară şi înclină spre cea superioară şi biruinţa este a ta, iar dacă alegi pe cea inferioară, trecând cu vederea pe cea superioară, vei fi biruit. Sfântul Apostol Pavel scrie despre această luptă care are loc în noi: *Găsesc deci în mine, care voiesc să fac bine, legea că răul este legat de mine. Că, după omul cel lăuntric, mă bucur de legea lui Dumnezeu; dar văd în mădularele mele o altă lege, luptându-se împotriva legii minţii mele şi făcându-mă rob legii păcatului, care este în mădularele mele* (Rom. 7, 21-23). Şi tuturor le scrie ca poruncă: *În Duhul să umblaţi şi să nu împliniţi pofta trupului* (Gal. 5, 16). Iar aceasta nu se poate dobândi fără lupta cu trupul.

Printr-o nevoinţă deosebit de mare şi o osteneală grea trebuie să treacă la început cei care, înaintea hotărârii de a schimba viaţa lor lumească şi trupească cu o viaţă plăcută lui Dumnezeu şi de a se consacra lucrărilor dragostei şi slujirii sincere a lui Dumnezeu, s-au legat pe sine cu obiceiuri rele prin deasa satisfacere a dorinţelor lor trupeşti şi pătimaşe. Deşi cererile voinţei lor raţionale, insuflate de Dumnezeu, pe care ei doresc să le împlinească, stau de o parte a voinţei lor libere, în schimb de cealaltă parte stau dorinţele voinţei trupeşti şi pătimaşe, spre care încă mai au atracţie. Acestea, luptându-se

împotriva primelor, trag voinţa liberă de partea lor cu o asemenea putere, precum căpăstrul trage un animal înjugat. Şi numai harul lui Dumnezeu le dă puterea să-şi menţină hotărârea luată mai înainte. Împotrivirea îndelungată faţă de dorinţele trupeşti şi necedarea înaintea lor le slăbeşte puterea, dar lupta nu încetează cu aceasta.

Deci nimeni să nu-şi închipuie că poate dobândi adevărata aşezare creştinească şi virtuţile creştineşti, şi să lucreze pentru Dumnezeu cum se cuvine, dacă nu doreşte să se silească a lepăda şi a birui toate mişcările pătimaşe ale voinţei trupeşti, nu doar cele mari, ci şi cele mici, pe care mai înainte s-a obişnuit să le satisfacă cu plăcere şi cu dragă inimă. Tocmai în aceasta – că din cruţare de sine nu vor să se silească şi să se lepede de sine desăvârşit în toate – constă cea mai însemnată pricină pentru care atât de puţini oameni ajung la deplina desăvârşire creştină. Căci atunci când ei, biruind cu osteneală mai marile înclinaţii pătimaşe, nu vor după aceea să se silească la biruirea celor mai mici, părute fără de însemnătate, atunci, deoarece acestea mici sunt roade şi manifestări ale celor mari, ei satisfăcându-le, le hrănesc pe cele mari, care astfel continuă să trăiască şi să lucreze în inimă, deşi nu se arată în mare parte. De aceea inima rămâne împătimită şi necurată şi, mai ales, nu este deloc slobozită de plăcerea şi cruţarea de sine, care totdeauna pun sub semnul întrebării vrednicia oricărei lucrări făcute spre plăcerea lui Dumnezeu.

De pildă sunt unii, care, neînsuşindu-şi lucrurile altora, iubesc pe ale lor fără măsură şi, pe de o parte, nădăjduiesc prea mult în ele, iar pe de alta, se întristează când e nevoie să dea din ele milostenie; alţii, neurmărind onoruri pe căi nedrepte, totuşi nu sunt indiferenţi faţă de ele şi adeseori le doresc, dacă ar putea cumva să le dobândească, însă ca şi cum aceasta ar fi împotriva voii

lor; alţii iarăşi ţin vreme îndelungată posturile rânduite, nerenunţând însă să-şi satisfacă dorinţa de a mânca din belşug şi bine, ceea ce desfiinţează cu totul vrednicia postului; unii vieţuiesc în feciorie, însă continuă să aibă legături şi prietenie cu feţe plăcute lor şi se îndulcesc cu acestea, nevrând să înţeleagă că prin aceasta ei îşi ridică lor mari piedici în calea desăvârşirii în viaţa duhovnicească şi în unirea cu Dumnezeu.

Voi adăuga aici şi neatenţia unora la lipsurile fireşti ale caracterului lor, care, deşi nu depind de voia liberă, îl fac totuşi pe om vinovat judecăţii, dacă el, văzând cum ele se amestecă în viaţa duhovnicească, nu numai că nu se îngrijeşte să le îndepărteze cu totul, ci nici măcar să le păstreze între limite nevătămătoare, când aceasta se poate săvârşi cu ajutorul harului lui Dumnezeu, prin atenţia cuvenită către sine şi prin râvnă. Aceste lipsuri sunt, de pildă, următoarele: ursuzenia, iuţimea de fire, prea multa sensibilitate şi, ca urmare a acesteia, graba necugetată în cuvinte, mişcări şi fapte, asprimea şi bodogăneala, încăpăţânarea şi irascibilitatea şi cele asemenea acestora. Toate aceste nedesăvârşiri şi neputinţe fireşti trebuie îndreptate, la unele tăind din prisosul lor, la altele adăugând ce le lipseşte, şi atât pe unele, cât şi pe celelalte preschimbându-le în bunele calităţi corespunzătoare lor. Căci nici o trăsătură firească, oricât de rebelă şi de îndărătnică ar fi, nu se poate menţine împotriva voinţei libere, atunci când aceasta, înarmându-se cu harul lui Dumnezeu, râvneşte cu toată atenţia şi sârguinţa ca să i se împotrivească.

Deci se întâmplă că unii fac fapte bune, dar faptele lor rămân nedesăvârşite, şchioape, împletite cu poftele care stăpânesc în lume (I In. 2, 16). Prin urmare aceştia nu înaintează pe calea mântuirii, ci se învârt în loc şi adeseori se întorc înapoi şi cad în păcatele de mai

înainte. De aici se arată lămurit că ei de la început nu au iubit cu tot sufletul viaţa cea bună în Hristos, nu s-au umplut îndeajuns cu simţământul recunoştinţei faţă de Dumnezeu, Care i-a izbăvit de sub stăpânirea diavolului, şi nu s-au apucat cu hotărâre desăvârşită să lucreze numai pentru a bineplăcea Lui. Aşadar astfel de oameni rămân totdeauna neiscusiţi în bine şi orbi şi nu văd primejdia în care se găsesc, gândind că aşezarea lor este trainică şi nu îi ameninţă nici un rău.

Pentru aceea, iubite frate al meu întru Domnul, te sfătuiesc să iubeşti totdeauna greutatea şi suferinţa ce le aduce cu sine acest război, dacă nu vrei să fii biruit întotdeauna. Astfel sfătuieşte şi preaînţeleptul Sirah: *Să nu urăşti lucrarea cu osteneală* (Sir. 7, 15). Căci pe aceasta se sprijină totul în acest război, ca pe o temelie. Cu cât vei iubi mai mult osteneala sau necruţarea de sine în nevoinţe, cu atât mai degrabă şi mai deplin vei birui asupra ta şi asupra acelui lucru din tine care se împotriveşte binelui celui mai înalt, şi ca urmare te vei umple de toată virtutea, dobândind o bună aşezare, iar pacea lui Dumnezeu se va sălăşlui întru tine.

CAPITOLUL 13

Despre cum se cuvine a lupta împotriva voinţei celei iraţionale a simţurilor şi despre faptele voinţei necesare pentru a dobândi deprinderea virtuţilor

De fiecare dată când voinţa cea iraţională a simţurilor, pe de o parte, şi voinţa lui Dumnezeu, rostită prin conştiinţă, de cealaltă parte, se luptă cu voinţa ta liberă ca să o atragă de partea lor, încercând să o supună, ţi se cade ţie, dacă râvneşti sincer binele, să foloseşti din partea ta metode potrivite, ca totdeauna să biruiască întru totul desăvârşit voinţa lui Dumnezeu. Pentru aceasta:

a) de îndată ce vei simţi mişcări ale voinţei inferioare, senzuale şi pătimaşe, imediat împotriveşte-te lor din toate puterile şi nu îngădui deloc ca voinţa ta liberă să se încline înspre ele, nici cât de puţin. Striveşte-le, taie-le, depărtează-le de la tine cu o încordare puternică a voinţei;

b) pentru ca aceasta să se săvârşească mai cu succes şi să aducă rod bun, grăbeşte să aprinzi o ură desăvârşită faţă de acest fel de mişcări, precum faţă de vrăjmaşii tăi care încearcă să jefuiască şi să piardă sufletul tău. Mânie-te asupra lor;

c) dar în acelaşi timp nu uita să-L chemi pe Domnul nostru Iisus Hristos, ajutorul nostru în nevoinţă, rugându-L să te apere şi să-ţi întărească voinţa ta bună, pentru că fără El nu putem reuşi în nimic;

d) aceste trei lucrări interioare, săvârşite sincer în suflet, îţi vor da de fiecare dată biruinţă asupra mişcărilor rele. Dar aceasta este numai izgonirea vrăjmaşilor. Dacă vrei să-i loveşti chiar în inima lor, atunci, dacă se poate, fă ceva potrivnic imboldului pornirii pătimaşe şi, dacă e cu putinţă, hotărăşte-te să faci aceasta întotdeauna. Aceasta te va izbăvi în cele din urmă cu totul de apariţia atacurilor pe care le-ai simţit.

Să lămurim printr-un exemplu. Să presupunem că cineva te-a jignit prin ceva într-o măsură mai mare sau mai mică, iar în tine s-au ridicat mişcări de neplăcere şi iritare, însoţite de un imbold spre răzbunare. Ia aminte la tine şi grăbeşte-te să înţelegi că aceste mişcări vor să te atragă spre rău, deci stai în poziţie de luptă şi apără-te:

a) taie aceste mişcări, nu le lăsa să intre mai departe înăuntru, şi niciodată nu îngădui voinţei tale să stea de partea lor, ca şi cum ar fi drepte. Aceasta înseamnă să te împotriveşti lor;

b) dar ele tot stau înaintea ta, gata să te atace din nou. Deci trezeşte-ţi ura împotriva lor, ca împotriva unor duşmani. Şi mânie-te asupra lor, pentru apărarea ta, până poţi zice cu sinceritate: *Nedreptatea am urât şi am dispreţuit* (Ps. 118, 163), sau *Cu ură desăvârşită i-am urât pe ei şi mi s-au făcut duşmani* (Ps. 138, 22). Aceasta va fi o lovitură puternică asupra lor, şi se vor retrage, dar nu vor dispărea. Apoi:

c) strigă către Domnul: *Dumnezeule, spre ajutorul meu ia aminte! Doamne, să-mi ajuţi mie grăbeşte-Te!* (Ps. 69, 1). Şi nu înceta a striga, până nu va mai rămâne nici o urmă din mişcările vrăjmaşe şi se va sălăşlui pacea în suflet;

d) liniştindu-te astfel, fă celui ce te-a amărât ceva ce i-ar arăta dispoziţia ta împăciuitoare faţă de el: spune-i un cuvânt prietenos, fă-i un serviciu care îţi stă la îndemână sau altele asemenea. Aceasta va fi împlinirea sfatului Proorocului David: *Fereşte-te de rău şi fă binele* (Ps. 33, 15).

Astfel de lucrări conduc de-a dreptul spre deprinderea virtuţii opuse acelor mişcări pătimaşe care te-au tulburat, iar această deprindere le loveşte în inimă şi le omoară. Încearcă să premergi, să însoţeşti sau să închei aceste lucrări cu o hotărâre interioară care să facă cu neputinţă pentru totdeauna astfel de mişcări pătimaşe. Şi anume, în exemplul de mai sus, socoteşte-te pe tine vrednic de toată ocara, trezeşte dorinţa în tine pentru tot felul de ocări şi nedreptăţi, iubeşte-le pe acestea şi fii pregătit să le întâmpini cu bucurie şi să le primeşti ca pe cele mai mântuitoare doctorii. În alte situaţii încearcă să trezeşti şi să întăreşti în tine alte simţiri şi dispoziţii potrivite. Aceasta înseamnă să goneşti din inimă patima şi să o înlocuieşti cu virtutea opusă, ceea ce este ţelul războiului nevăzut.

Iată, îţi ofer o îndrumare potrivită pentru toate situaţiile, după cum ne călăuzesc Sfinţii Părinţi. Sufletul nostru are trei părţi sau trei puteri – cea raţională, cea poftitoare şi cea mânioasă. De la aceste trei puteri, din pricina vătămării lor, se nasc şi trei feluri de gânduri şi mişcări greşite. Puterea raţională dă naştere la gânduri de necredinţă, nerecunoştinţă faţă de Dumnezeu şi cârtire, uitare de Dumnezeu, necunoaşterea lucrurilor dumnezeieşti, judecată greşită şi tot felul de gânduri hulitoare. Puterea poftitoare dă naştere la gânduri de iubire de plăcere, iubire de slavă, iubire de argint, cu toate numeroasele lor înfăţişări, care sunt chipuri ale iubirii de sine. Partea mânioasă dă naştere la gânduri de mânie, ură, zavistie, răzbunare, bucurie pentru răul altuia, dorirea răului altuia, şi îndeobşte toate gândurile rele.

Toate aceste gânduri şi mişcări trebuie să le biruieşti cu metodele arătate, străduindu-te de fiecare dată să trezeşti şi să-ţi sădeşti în inimă simţiri şi stări bune, potrivnice acelora de mai sus: în locul necredinţei – credinţă fără îndoială în Dumnezeu; în loc de cârtire – recunoştinţă sinceră faţă de Dumnezeu pentru toate; în loc de uitarea de Dumnezeu – neîncetată adâncire a aducerii aminte de Dumnezeu Atotţiitorul, Cel ce este în tot locul; în loc de neştiinţă – contemplarea clară sau repetarea în minte a tuturor adevărurilor creştine mântuitoare; în loc de judecată greşită – simţuri învăţate să discearnă între bine şi rău; în locul tuturor gândurilor hulitoare – laudă şi slăvire a lui Dumnezeu. De asemenea, în loc de iubire de plăcere – înfrânare, post şi nevoinţă; în loc de slavă deşartă – smerenie şi dorinţă de a rămâne necunoscut; în loc de iubire de argint – mulţumire cu puţin şi iubire de sărăcie. Şi iarăşi, în loc de mânie – blândeţe; în loc de ură – dragoste; în loc de zavistie – împreună bucurie; în loc de răzbunare – iertare

şi împăciuire; în loc de bucurie pentru răul altuia – compătimire; în loc de dorinţă pentru răul altuia – dorinţă pentru binele lui.

Pe scurt, urmând Sfântului Maxim, voi rezuma toate acestea în următoarele: împodobeşte-ţi puterea ta raţională cu atenţie neîncetată către Dumnezeu, cu rugăciune şi cunoaşterea adevărurilor dumnezeieşti; puterea poftitoare cu desăvârşita lepădare de sine şi renunţarea la orice iubire de sine; puterea mânioasă cu dragoste; şi cu adevărat, lumina minţii tale niciodată nu se va întuneca în tine, iar gândurile rele pomenite mai sus nu vor putea afla loc în tine. Dacă tu însuţi, în fiecare dimineaţă şi seară şi în celelalte ceasuri ale zilei, vei trezi în tine gândurile şi simţirile bune enumerate mai sus, atunci vrăjmaşii nevăzuţi nu se vor apropia de tine, căci te vei asemăna cu un conducător de oaste, care neîncetat îşi inspectează trupele sale şi le aşază în formaţie de luptă, iar duşmanii ştiu că nu este prielnic a ataca în aceste condiţii.

Dă cea mai mare atenţie punctului din urmă – faptelor opuse acelora spre care trag gândurile pătimaşe, şi la sădirea în inimă a simţurilor şi stărilor potrivnice patimilor. Doar pe această cale poţi să dezrădăcinezi patimile din tine şi să dobândeşti o aşezare mai lipsită de primejdii. Căci atâta vreme cât rădăcinile patimilor rămân înăuntru, întotdeauna vor răsări din ele vlăstarele lor şi cu acestea vor înnoura chipul virtuţilor, iar uneori îl vor acoperi şi întuneca cu totul. În aceste împrejurări noi suntem în primejdia de a cădea din nou în păcatele trecute şi de a pierde toate roadele ostenelilor noastre.

Să ştii aşadar că această metodă din urmă nu trebuie să o foloseşti doar o dată, ci adesea, de multe ori, neîncetat, până când vei zdrobi, vei desfiinţa şi vei distruge obiceiul pătimaş împotriva căruia te lupţi. Căci precum acest obicei a luat putere asupra inimii prin

repetarea deasă a anumitor fapte care satisfac patima ce viețuiește în ea, tot așa, pentru slăbirea și distrugerea acestei puteri, în afară de respingerea ei din inimă, trebuie folosite fapte opuse celor din trecut, potrivnice patimilor, care să le lovească și să le biruiască pe acestea. Înmulțirea faptelor bune va goni obiceiul pătimaș, va omorî patima care îl îmboldește și va înrădăcina în inimă virtutea opusă ei și deprinderea cu faptele corespunzătoare acesteia. În plus – și nu îți voi explica multe despre aceasta, deoarece se înțelege de la sine –, să știi că pentru dobândirea obiceiurilor bune este necesar să săvârșești un număr mai mare de fapte bune, decât numărul de fapte rele necesare pentru a deprinde obiceiurile rele, deoarece obiceiurile urâte se înrădăcinează mai repede, având ca ajutor și însoțitor păcatul care viețuiește în noi, adică iubirea de sine. De aceea, oricât de grele și dificile de realizat ți se vor părea astfel de fapte potrivnice patimilor tale, fie din pricina neputinței voii tale, fie din pricina împotrivirii voii tale pătimașe, iubitoare de sine, totuși nu le lăsa pentru nimic în lume, ci silește-te în tot chipul să le lucrezi. Chiar dacă la început ele vor fi nedesăvârșite, totuși ele vor întări statornicia și curajul tău în luptă și îți vor deschide drumul spre biruință.

Îți mai spun încă și aceasta: stai cu trezvie și, adunându-ți întreaga atenție în tine însuți, luptă-te cu curaj. Și luptă-te nu numai cu mișcările cele mari și puternice, ci și cu cele mici și ușoare ale fiecărei patimi, pentru că cele mici deschid drumul celor mari, mai ales când ele se transformă în obișnuință. Practica a dovedit adeseori că atunci când cineva se îngrijește prea puțin de respingerea din inimă a micilor dorințe pătimașe și nu le dă multă atenție după ce le-a biruit pe cele mari, unul ca acesta este supus la năvăliri bruște și neașteptate din

partea vrăjmaşilor, şi atât de puternice, încât nu le poate ţine piept în luptă şi cade mai rău decât în căderile dinainte.

Îţi mai amintesc, în afară de aceasta, că trebuie să tai de la tine şi să curmi orice alipire pătimaşă faţă de lucruri care nu sunt de neapărată trebuinţă, chiar dacă sunt îngăduite. Fă aceasta de îndată ce vei vedea că ele slăbesc încordarea voii tale bune, îţi abat atenţia de la tine şi tulbură buna rânduială a vieţii tale evlavioase. Aceste lucruri sunt, de pildă: plimbările, seratele, conversaţiile, cunoştinţele, mesele, somnul şi altele asemenea. Dintru aceasta vei dobândi multe bunătăţi: vei fi pregătit să te biruieşti pe tine şi în toate celelalte lucruri, te vei face mai puternic şi mai iscusit în lupta cu ispitele, vei scăpa din multe feluri de curse ale diavolului, care ştie cum să-şi întindă capcanele pe aceste cărări „neprimejdioase", şi te încredinţez că vei face un lucru foarte plăcut lui Dumnezeu.

Deci, iubite, dacă vei urma îndrumările mele şi vei porni cu însufleţire la nevoinţele arătate mai sus, atunci să fii încredinţat că în scurtă vreme vei spori foarte mult şi te vei face om duhovnicesc cu adevărat şi cu fapta, nu în chip mincinos şi cu numele numai. Dar să ştii că împotrivirea faţă de sine şi silirea de sine sunt aici o lege de nestrămutat, care exclude orice satisfacere a plăcerii proprii, chiar şi în rânduiala duhovnicească a vieţii. Dacă vei amesteca aici sau vei alege doar faptele plăcute ţie, chiar dacă ele ţin de rânduiala duhovnicească, îţi vei strica toată lucrarea. Te vei osteni, dar roade adevărate nu vei dobândi, ci numai flori neroditoare, şi nu te vei întări cu adevărat şi trainic în nici o lucrare duhovnicească. Se va părea că ai ceva duhovnicesc, dar de fapt nu va fi aşa. Căci tot ceea ce este cu adevărat duhovnicesc se săvârşeşte de harul Sfântului Duh, însă acest har se sălăşluieşte doar în aceia care s-au răstignit pe ei

înşişi în suferinţe şi lipsuri de bună voie, fără nici o cruţare de sine, şi prin aceasta s-au unit cu Domnul, Mântuitorul nostru, Cel ce S-a răstignit pentru ei.

CAPITOLUL 14

Ce se cuvine a face când voinţa superioară şi raţională pare a fi cu totul biruită de voinţa inferioară şi de vrăjmaşi

Dacă câteodată simţi o atât de puternică ridicare împotriva ta a păcatului, încât ţi se pare că nu i te poţi împotrivi şi chiar râvna de a i te opune este secătuită, ai grijă, fratele meu, nu părăsi lupta, ci ridică-te şi fii tare. Aceasta este o cursă a vrăjmaşului care, semănând gândul că împotrivirea este fără de nădejde, curmă orice opoziţie şi te sileşte ca, depunând toate armele, să te predai lui. Pune-ţi atunci în minte clar că aceasta este o înşelăciune a vrăjmaşului şi nu ceda. Căci atâta timp cât încă nu înclini cu voinţa ta către îndemnul pătimaş, tu încă eşti între cei biruitori, cei care resping şi îi zdrobesc pe vrăjmaşi, chiar dacă până şi simpatia ta ar fi trecut deja de partea patimii. Pentru că nimeni şi nimic nu poate sili voinţa ta sau să-ţi smulgă biruinţa din mâini împotriva voinţei tale şi să te răstoarne, oricât de puternică şi de înverşunată luptă ar ridica în tine vrăjmaşii mântuirii tale.

Dumnezeu a dat voii noastre libere o putere atât de mare, încât chiar dacă toate simţurile omului, toată lumea şi toţi demonii s-ar întrarma împotriva ei şi ar intra în luptă cu ea, ele nu ar putea să o silească. În ceea ce o priveşte ea va rămâne întotdeauna liberă să dorească ceea ce i se oferă sau i se cere, dacă vrea, sau să nu dorească, dacă nu vrea. În schimb, ea este răspunzătoare pentru tot şi supusă judecăţii. Ţine bine minte aceasta, că

oricât de slăbit te-ai simţi, nicidecum nu vei putea să te dezvinovăţeşti, dacă vei înclina spre o pornire pătimaşă. Aceasta ţi-o va spune şi conştiinţa ta. Deci pregăteşte-te să te împotriveşti cu atât mai mare râvnă, cu cât este mai puternică năvălirea, şi niciodată să nu părăseşti o astfel de hotărâre, în orice împrejurare de acest fel repetând în tine cuvintele poruncitoare ale unuia dintre cei mai de seamă conducători ai noştri: *Staţi tari în credinţă, îmbărbătaţi-vă, întăriţi-vă* (I Cor. 16, 13).

Ţinând astfel voia ta liberă neînclinată spre aţâtarea păcătoasă şi stând de partea cererilor voinţei superioare, pune în acţiune una după alta armele tale duhovniceşti. Cea mai importantă dintre ele este rugăciunea. Cu ea însufleţeşte-te, spunând: *Domnul este luminarea mea şi Mântuitorul meu, de cine mă voi teme? Domnul este apărătorul vieţii mele, de cine mă voi înfricoşa? De s-ar rândui împotriva mea oştire, nu se va înfricoşa inima mea, de s-ar ridica împotriva mea război, eu în El nădăjduiesc* (Ps. 26, 1-2; 5-6). *Pentru că nu în arcul meu voi nădăjdui şi sabia mea nu mă va mântui. Cu Dumnezeu ne vom lăuda toată ziua şi numele Tău îl vom lăuda în veac* (Ps. 43, 8, 10). *De frica* voastră, vrăjmaşilor, nu mă voi înfricoşa, *nici* nu mă voi tulbura. *Domnul puterilor, pe Acela* Îl voi socoti sfânt, *şi Acela frică va fi vouă.* În El voi nădăjdui şi El îmi va fi mie *spre sfinţenie. De vă veţi întări, iarăşi veţi fi biruiţi, şi orice sfat veţi sfătui, îl va risipi Domnul, şi cuvântul pe care îl veţi grăi nu va rămâne în voi* (Is. 8, 9-10, 12-14).

Însufleţindu-te astfel, fă şi tu ceea ce face uneori un soldat în luptă când este împresurat tare de duşman; el dă înapoi puţin, pentru a găsi un punct mai bun şi a vedea cum să trimită mai bine săgeata în inima vrăjmaşului. Deci şi tu, adunându-ţi gândurile tale înăuntru şi punând înainte conştiinţa şi simţirea

nimicniciei tale şi a neputinţei de a face de unul singur ceea ce trebuie, aleargă la Dumnezeu, Care pe toate le poate, şi cu nădejde fierbinte şi lacrimi cheamă-L în ajutor împotriva patimii care te luptă, zicând: *Scoală-Te, Doamne, ajută-mi şi mă izbăveşte, pentru numele Tău* (Ps. 43, 28). *Dă război împotriva celor ce se oştesc asupra mea, apucă armă şi pavăză şi Te scoală întru ajutorul meu. Să se ruşineze şi să se înfrunteze cei ce caută sufletul meu, întoarcă-se înapoi şi să se ruşineze cei ce gândesc rău de mine* (Ps. 34, 1, 2, 4). „Stăpână Născătoare de Dumnezeu, nu mă lăsa să cad în mâinile vrăjmaşilor şi să fiu biruit de ei". „Îngerul meu păzitor, acoperă-mă cu acoperământul aripilor tale de săgeţile vrăjmaşului, şi cu sabia ta loveşte-i şi taie-i de la mine".

Stăruie în aceste chemări şi vei vedea ajutor grabnic. Însă totuşi, ia aminte la tine cu mare atenţie. Vrăjmaşul ştie puterea unor astfel de chemări către Dumnezeu şi se grăbeşte să le preîntâmpine sau să le strice printr-o cârteală fără de judecată, stârnită de el, împotriva lui Dumnezeu, că de ce a îngăduit să se ridice o astfel de năvălire a vrăjmaşului şi o asemenea primejdie de cădere. Prin aceasta vrăjmaşul urmăreşte să împiedice strigătele către Dumnezeu sau să le curme, şi să te facă nevrednic de ajutorul Domnului. De îndată ce vei vedea o asemenea mişcare împotrivitoare lui Dumnezeu, grăbeşte-te să restatorniceşti acea convingere sinceră şi adevărată că Dumnezeu *nu ispiteşte pe nimeni* şi că *fiecare este ispitit fiind tras de a sa poftă şi amăgit* (Iac. 1, 13-14). Apoi cercetează faptele trecute, simţirile şi gândurile tale, şi vei descoperi că din ele s-a născut furtuna dinăuntrul tău, care te-a adus în această stare primejdioasă. Vrăjmaşul l-a clevetit pe Dumnezeu, iar greşelile tale le-a acoperit. Prin credinţă trebuie să-l îndreptăţeşti pe Dumnezeu în tine şi prin raţiune să îndepărtezi

acoperământul linguşitor al vrăjmaşului. Trebuie să-ţi dai în vileag neatenţia şi îngăduinţa de sine şi, mărturisindu-ţi întru pocăinţă acest păcat lăuntric înaintea lui Dumnezeu, să te întorci la chemările de rugăciune arătate, care îţi vor readuce ajutorul lui Dumnezeu, cel aflat întotdeauna la îndemână, mai ales în asemenea situaţii.

După aceea, când furtuna dinăuntru se va potoli, lupta trebuie să meargă după rânduielile obişnuite ale războiului nevăzut, despre care am spus deja în parte.

CAPITOLUL 15

Despre aceea că lupta trebuie dusă neîncetat şi cu bărbăţie

De voieşti a birui pe vrăjmaşii tăi cât mai repede şi mai uşor, e nevoie, frate, a lupta neîncetat şi bărbăteşte cu toate patimile tale, dar îndeosebi şi cel mai mult împotriva iubirii de sine, sau a dragostei iraţionale faţă de tine, care se arată în îngăduinţa şi în cruţarea de sine, pentru că ea este temelia şi izvorul tuturor patimilor. Aceasta nu poate fi îmblânzită altfel decât prin neîncetate suferinţe pricinuite sieşi de bună voie şi prin primirea cu bucurie a necazurilor, lipsurilor, calomniilor, prigoanelor din partea lumii şi a celor din lume. Scăparea din vedere a acestei necruţări de sine este şi va fi întotdeauna pricina nereuşitei biruinţelor noastre duhovniceşti, a greutăţii, rarităţii, nedesăvârşirii şi nestatorniciei lor.

Aşadar, acest război duhovnicesc al nostru trebuie să fie permanent şi neîncetat şi trebuie dus cu agerime şi bărbăţie, pe care uşor le vei câştiga dacă le vei cere de la Dumnezeu. Deci intră în această luptă fără să te îndoieşti. Dacă îţi vin gânduri de tulburare despre înverşunarea şi răutatea neîncetată pe care le au

vrăjmaşii draci împotriva ta şi despre mulţimea cea mare a taberelor şi a oştilor lor, cugetă pe de altă parte la puterea lui Dumnezeu cea nemărginit de mare şi la dragostea ce o are pentru tine, precum şi la mulţimea nemăsurat mai mare a îngerilor cereşti şi la rugăciunile sfinţilor. Toţi aceştia se luptă nevăzut alături de noi împotriva vrăjmaşilor noştri, precum este scris pentru Amalec: *Cu mână ascunsă bate Domnul pe Amalec* (Ieş. 17, 16). Câte femei slabe şi câţi copii mici nu au fost îndemnaţi la luptă de gândul la acest ajutor puternic şi aflat la îndemână în tot locul! Şi aşa au surpat şi au biruit toată înţelepciunea lumii, toate cursele vrăjmaşilor diavoli şi toată răutatea iadului.

De aceea niciodată nu trebuie să te înfricoşezi nicidecum când începe să te lovească valul gândurilor că lupta diavolilor împotriva ta este foarte puternică, că aceasta nu are sfârşit şi că se întinde de-a lungul întregii tale vieţi, şi că nu vei putea scăpa de căderi şi de repetarea acestora de multe ori şi în multe feluri. Să ştii că vrăjmaşii noştri cu toate cursele lor sunt în mâinile conducătorului nostru dumnezeiesc, Domnul nostru Iisus Hristos, în cinstea şi spre slava Căruia tu duci această luptă. El însuşi te conduce în război, deci nu numai că nu va lăsa pe vrăjmaşii tăi să te silească şi să te biruiască, dacă tu de bunăvoie nu vei trece de partea lor, ci va lupta El Însuşi pentru tine şi îi va da pe ei biruiţi în mâinile tale, când şi cum Îi va fi plăcut, precum este scris: *Domnul Dumnezeu umblă în tabăra ta, ca să te izbăvească pe tine şi să dea pe vrăjmaşul tău în mâinile tale* (Deut. 23, 14).

Dacă Domnul va întârzia să-ţi dea biruinţă deplină asupra vrăjmaşilor şi o va amâna până în ziua cea mai de pe urmă a vieţii tale, să ştii că face aceasta pentru binele tău, numai să nu cedezi şi să nu încetezi a lupta cu

mărime de suflet. Şi chiar dacă uneori eşti rănit în război, să nu depui armele şi să nu te pui pe fugă. Doar un singur lucru să ai în minte şi în intenţie – să te lupţi cu însufleţire şi cu bărbăţie, pentru că acest război nu poate fi ocolit. Nu este om care ar putea să scape de această luptă, fie în viaţă, fie la moarte. Şi cel care nu se luptă ca să-şi biruiască patimile şi pe vrăjmaşii săi, acela neapărat va fi luat în robie, ori aici ori dincolo, şi va fi dat morţii.

Nu este lipsit de folos să ţii în minte şi scopul pentru care lui Dumnezeu îi este bineplăcut să ne lase într-o asemenea stare de război. Şi iată de ce. Precum în vechime Dumnezeu, călăuzind pe Israel în pământul făgăduinţei, nu a poruncit să fie distruse toate popoarele care locuiau acolo, ci a lăsat pe loc cinci neamuri străine şi potrivnice – şi aceasta în primul rând ca să încerce pe poporul ales dacă crede cu tărie în El şi dacă împlineşte cu credinţă poruncile Sale, iar în al doilea rând pentru ca să-l înveţe pe poporul Său meşteşugul purtării războiului (vezi Jud. 2, 21-23; 3, 1-2) –, tot aşa El nu pierde îndată toate patimile noastre, ci le lasă să se lupte cu noi până la moarte, tot pentru acelaşi scop, ca să încerce dragostea noastră către El şi ascultarea faţă de voia Sa şi pentru a ne învăţa războiul duhovnicesc.

Fericitul Teodorit ne arată aceasta mai amănunţit. Dumnezeu, spune el, face aceasta pentru următoarele pricini: a) ca să nu ne dăm pe noi negrijii şi trândăviei, ci să priveghem cu râvnă şi cu atenţie; b) ca să nu uităm că vrăjmaşul este pururea gata de năvălire asupra noastră şi să nu fim înconjuraţi pe neaşteptate de vrăjmaşi şi biruiţi de patimi; c) ca să alergăm întotdeauna la Dumnezeu, cerând şi nădăjduind ajutor de la El; d) ca să nu ne mândrim, ci să cugetăm smerit despre noi; e) ca să ne învăţăm să urâm din inimă patimile şi vrăjmaşii cei nevăzuţi, care

fără de oboseală năvălesc asupra noastră; (f) ca să fim încercați dacă păstrăm până la sfârșit cinstea, dragostea și credința față de Dumnezeu; (g) ca să ne îndemnăm să împlinim mai cu dinadinsul toate poruncile lui Dumnezeu și să nu le călcăm nici pe cele mai mici; (h) ca să cunoaștem cu fapta cât de prețioasă este virtutea și prin urmare să nu acceptăm deloc să o părăsim și să cădem în păcat; (i) pentru ca războiul neîncetat să ne dea putința să câștigăm cununi din ce în ce mai mari; (j) ca să proslăvim pe Dumnezeu, iar pe diavol și păcatul să-l rușinăm prin răbdarea noastră până la sfârșit; (k) pentru ca, fiind deprinși cu războiul de-a lungul vieții, să nu ne temem de el în ceasul morții, când va avea loc cel mai cumplit atac împotriva noastră.

Așadar, fiind întotdeauna înconjurați de atâția vrăjmași, care ne urăsc cu atâta răutate, nu putem să așteptăm de la ei nici pace, nici răgaz, nici încetare sau amânare a războiului, ci în fiecare clipă trebuie să fim gata de război și să intrăm în luptă cu bărbăție de îndată ce aceștia atacă. Bineînțeles, ar fi fost mai bine dacă noi de la început nu am fi deschis porțile noastre și nu am fi lăsat vrăjmașii și patimile înăuntrul nostru, în suflet și în inimă, dar odată ce și-au croit deja drumul în noi, nu mai putem fi fără de grijă, ci trebuie să ne înarmăm împotriva lor, ca să-i izgonim din noi, deoarece ei sunt fără de rușine și îndârjiți și nu vor pleca, dacă nu-i vom izgoni prin luptă.

CAPITOLUL 16

Cum trebuie să se pregătească ostașul lui Hristos pentru luptă dimineața

După ce te vei trezi dimineața și după ce te vei ruga o bucată de vreme, zicând „Doamne Iisuse

Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluieşte-mă", cel dintâi lucru pe care trebuie să-l faci este să te închizi în inima ta ca într-o arenă. Stând acolo, trezeşte înăuntrul tău conştiinţa şi simţirea că acel vrăjmaş al tău şi acea înclinaţie pătimaşă cu care eşti atunci în luptă se află deja în acel loc, gata să năvălească îndată asupra ta şi, prin urmare, pune în tine hotărârea ca fie să biruieşti, fie să mori, dar să nu cedezi. Înţelege, de asemenea, că de-a dreapta ta îţi stau nevăzuţi purtătorul de biruinţă conducătorul tău, Domnul nostru Iisus Hristos, cu Preasfânta Sa Maică şi mulţime de îngeri sfinţi cu arhanghelul Mihail în frunte, gata să te ajute, deci însufleţeşte-te cu bună nădejde.

Iată prinţul celor de dedesubt, diavolul, se ridică asupra ta cu cetele dracilor săi şi începe să aţâţe în tine înclinaţia cea pătimaşă, încercând, cu felurite promisiuni care îţi linguşesc cruţarea de sine, să te convingă să încetezi lupta cu acea patimă şi să te supui ei, încredinţându-te că aşa va fi mai bine şi mai uşor. Dar ia aminte la tine: în acelaşi timp ar trebui să auzi şi din partea dreaptă glasul prevenitor şi însufleţitor cu care îngerul tău păzitor nu încetează să te îndemne din partea tuturor celor ce stau de-a dreapta ta, zicând: „Acum îţi stă înainte războiul cu patima ta şi cu ceilalţi vrăjmaşi ai tăi. Nu te înfricoşa, nu te teme şi nu fugi de spaimă de pe câmpul de luptă. Căci Însuşi Domnul Iisus, conducătorul tău, este aproape, înconjurat de mai marii peste mii şi peste sute ai puterilor netrupeşti şi de toate oştile sfinţilor îngeri, gata să lupte alături de tine împotriva vrăjmaşilor tăi şi nu va îngădui lor să te copleşească şi să te biruiască, după cum este făgăduit: *Domnul se va lupta pentru voi* (Ieş. 14, 14)".

Pentru aceea stai cu tărie, sileşte-te pe tine să nu cedezi şi sforţează-te în tot chipul să rabzi ispita care

năvăleşte asupra ta, strigând din rărunchii inimii tale: *Nu mă da pe mine la sufletele celor ce mă necăjesc* (Ps. 26, 18). Strigă către Domnul tău, către Stăpâna Născătoarea de Dumnezeu, către toţi îngerii şi sfinţii. Va veni ajutorul şi vei birui, căci este scris: *Scriu vouă, tinerilor* – războinici curajoşi şi cutezători –, *căci aţi biruit pe cel viclean* (I In. 2, 13). Chiar dacă eşti neputincios şi legat de obiceiuri rele, iar vrăjmaşii tăi sunt puternici şi mulţi, totuşi cu mult mai mare ajutor îţi este pregătit ţie din partea Aceluia ce te-a zidit pe tine şi te-a răscumpărat, şi cu neasemănare mai puternic decât toţi este Dumnezeu, apărătorul tău în acest război, precum este scris: *Domnul cel tare şi puternic, Domnul cel tare în război* (Ps. 23, 8), Care, totodată, are mai mare dorinţă să te mântuiască, decât are vrăjmaşul tău să te piardă. Deci luptă-te şi să nu te îngreuiezi vreodată de osteneala acestui război. Căci prin această osteneală, prin silirea şi prin necruţarea de sine, prin ruperea de obiceiurile păcătoase, neluând în seamă durerea, se câştigă biruinţa şi se dobândeşte o mare comoară, cu care se cumpără Împărăţia Cerurilor şi sufletul se uneşte pentru totdeauna cu Dumnezeu.

Deci în fiecare dimineaţă începe în numele lui Dumnezeu lupta cu vrăjmaşii tăi, înarmat cu armele nebizuirii pe sine şi ale nădejdii pline de îndrăzneală în Dumnezeu, cu ale rugăciunii şi ale silirii de sine fără de cruţare la ostenelile cuvenite şi nevoinţele duhovniceşti, şi mai ales cu arma rugăciunii minţii şi a inimii: „Doamne Iisuse Hristoase, miluieşte-mă!". Acest nume este înfricoşat ca o sabie cu două ascuţişuri, care, învârtindu-se în inimă, biruieşte şi izgoneşte dracii şi patimile. De aceea şi Sfântul Ioan Scărarul a zis: „Cu numele lui Iisus biciuieşte pe cei potrivnici". Despre această rugăciune vom vorbi mai apoi într-un capitol separat. Cu acestea, zic, dă război acelui vrăjmaş şi acelei patimi şi

pofte rele ce te luptă pe tine, în acea ordine pe care am arătat-o în capitolul 13, adică la început prin împotrivirea faţă de patimă, apoi prin ura faţă de ea, iar la sfârşit cu lucrările virtuţii celei împotrivitoare ei, săvârşind toate acestea într-o atmosferă de rugăciune. Făcând astfel, vei împlini o lucrare plăcută Dumnezeului tău, Care, împreună cu toată Biserica triumfătoare din Ceruri, stă nevăzut şi priveşte lupta ta.

Astfel de luptă este foarte ostenitoare şi grea, dar nu te scârbi şi nu o abandona, gândindu-te că, pe de o parte, avem datoria să slujim şi să plăcem lui Dumnezeu, iar pe de alta, aşa cum am spus mai înainte, lupta este de neocolit, dacă vrem să trăim, căci, de îndată ce vom înceta să luptăm, îndată vom fi loviţi de moarte. Să nu te înşele vrăjmaşul cu şoapta sa: „Doar un ceas cedează". Bine, să zicem că un ceas. Dar ce vei fi dacă vei părăsi viaţa după Dumnezeu şi te vei da lumii, desfătărilor şi plăcerilor ei trupeşti? Vei fi un lepădat de Dumnezeu, iar a fi aceasta nu numai un ceas, ci şi o clipă, este îngrozitor. Şi oare de obicei aceasta durează doar un ceas? Oare nu mai degrabă vei petrece în această viaţă potrivnică lui Dumnezeu ceas după ceas, iar apoi zi după zi şi an după an? Şi mai apoi ce se va întâmpla? Dacă Domnul se va milostivi de tine şi îţi va mai da vreme încă să-ţi vii în sine, să te slobozeşti din aceste mreje diavoleşti şi să te scoli din somnul păcatului, tot va trebui să intri în lupta de care acum fugi, căutând o viaţă lesnicioasă, cu singura deosebire că atunci lupta va fi pentru tine cu neasemuire mai grea, mai aspră şi mai dureroasă şi pe deasupra cu mai puţini sorţi de izbândă.

Însă dacă Dumnezeu te va lăsa în mâinile voii tale şi a vrăjmaşilor tăi, ce va fi atunci? Nu o voi repeta, voi spune doar atât: adu-ţi aminte, căci cine nu ştie aceasta? După o viaţă petrecută în chinuitoarele legături ale

patimilor rele, câteodată stăpânit de beţia simţurilor, dar întotdeauna lipsit de bucurii adevărate, de năprasnă vine ceasul morţii, o stare a sufletului îngrozitor de chinuitoare, pe care nici cuvântul lui Dumnezeu nu a putut-o descrie, ci a spus doar atât, că atunci vor striga munţilor: *Cădeţi peste noi* (Apoc. 6, 16). Acest strigăt, care începe în ceasul morţii, nu se va opri în toată vremea de după moarte şi până la sfârşitul lumii şi se va auzi în clipa începerii Judecăţii celei Înfricoşătoare, dar va fi totdeauna fără de folos. Deci să nu fii atât de fără de minte, încât să te arunci cu bună ştiinţă în chinurile veşnice ale iadului, fugind de trecătoarele osteneli şi lupte ale nevoinţei. Ci, precum un om raţional şi, aş zice, chibzuit, este mai bine ca acum să te supui ostenelilor de puţină vreme şi durerilor luptei duhovniceşti, pentru ca, biruind pe vrăjmaşii tăi, să dobândeşti cununa şi să fii în unire cu Dumnezeu şi aici, şi acolo, în împărăţia cerurilor.

CAPITOLUL 17

În ce ordine trebuie să ne luptăm cu patimile noastre

Îţi este foarte de folos, fratele meu, să ştii bine în ce ordine trebuie să te lupţi cu patimile tale, ca să faci aceasta cum se cuvine şi nu la întâmplare, după cum se nimereşte, precum fac unii şi puţin sporesc, iar adeseori suferă şi vătămare. Ordinea în care trebuie să lupţi împotriva vrăjmaşilor tăi şi să biruieşti dorinţele şi poftele tale cele rele este aceasta: intră cu atenţie în inima ta şi cercetează cu de-amănuntul ce fel de gânduri, dispoziţii şi împătimiri o preocupă mai ales, şi care patimă o stăpâneşte mai mult şi o tiranizează, apoi împotriva acestei patimi mai înainte de toate să ridici armele şi să te străduieşti să o biruieşti. Asupra acesteia concentrează-ţi toată atenţia şi grija, cu o singură excepţie, când se

întâmplă să se ridice între timp o altă patimă. Atunci trebuie să te ocupi de îndată de patima nou apărută şi să o izgoneşti, după care să-ţi întorci din nou armele împotriva patimii tale de căpetenie, care neîncetat îşi arată prezenţa şi puterea. Căci precum în orice război, aşa şi în acesta nevăzut al nostru, trebuie să te lupţi împotriva aceluia care te atacă efectiv în momentul de faţă.

CAPITOLUL 18

Cum să lupţi împotriva izbucnirilor neaşteptate ale patimilor

Dacă tu, iubite al meu, nu eşti încă obişnuit să biruieşti izbucnirile neaşteptate şi stârnirile patimilor pricinuite, de pildă, de ocări sau de alte prilejuri, te sfătuiesc să faci aceasta: să-ţi faci o lege din aceea ca în fiecare zi, când încă şezi acasă, să cugeţi mai înainte la toate situaţiile cu care te poţi întâlni în cursul zilei, fie ele plăcute sau neplăcute, şi ce fel de porniri pătimaşe, pofte şi tulburări se pot naşte în tine ca urmare a acestora, şi să te pregăteşti dinainte cum să le înăbuşi din faşă, nelăsându-le să se manifeste. Făcând aşa, tu nu vei fi niciodată luat pe neaşteptate de nici un fel de porniri pătimaşe, ci întotdeauna vei fi gata să le opui rezistenţă, nefiind nici tulburat de mânie, nici ademenit de poftă. Această examinare a situaţiilor care pot apărea trebuie să o faci mai ales atunci când e nevoie să pleci de acasă şi să mergi în locuri unde trebuie să te întâlneşti cu persoane care pot fie să fie atrăgătoare pentru tine, fie să te irite. Fiind pregătit dinainte, vei evita cu uşurinţă fiecare din aceste situaţii. Chiar dacă se va ridica vreun val al patimii, el se va rostogoli peste tine sau se va frânge de tine ca de o stâncă tare, dar nu te va lua cu el ca pe o luntre uşoară. Să te convingă de aceasta cuvântul

Sfântului Proroc David privitor la mânie, care zice: *Gătitu-m-am şi nu m-am tulburat* (Ps. 118, 60).

Însă această pregătire nu este totul. Izbucnirea patimilor tot mai poate avea loc, şi încă pe neaşteptate. În acest caz iată ce trebuie să faci: de îndată ce simţi o pornire pătimaşă, fie de poftă sau de tulburare, grăbeşte-te să o curmi cu silirea voii, coboară atenţia minţii în inimă şi străduieşte-te în orice chip să nu îi îngădui patimii să intre în inimă. Fii atent ca nici ceea ce o irită să nu o irite, nici ceea ce o atrage să nu o atragă. Dacă totuşi se întâmplă ca pe neaşteptate să se nască în inimă fie pofta, fie iritarea, străduieşte-te în primul rând să nu-i dai drumul în afară, să nu o arăţi nici prin cuvânt, nici prin înfăţişare, nici prin mişcare.

Apoi sileşte-te să-ţi înalţi mintea şi inima ta la Dumnezeu şi, reînnoind în tine conştiinţa limpede şi simţirea atât a dragostei nemărginite a lui Dumnezeu, cât şi a adevărului Lui cel nepărtinitor, străduieşte-te să izgoneşti pornirea pătimaşă şi să o înlocuieşti cu binele care îi este opus. În cazul unei întâlniri cu cineva, poate nu îţi va fi la îndemână să faci aceasta pe deplin şi aşa cum se cuvine, dar cu nici un chip să nu părăseşti intenţia şi silinţa de a face ceea ce poţi. Chiar dacă pe moment nu vei avea succes, mai apoi o vei scoate la capăt, când se va sfârşi întâlnirea care îţi stârneşte patima. Însă să te îngrijeşti neapărat să nu arăţi în afară patima care se ridică înăuntru. Iar această osteneală a ta o va ţine în loc. Pe lângă aceasta, de îndată ce te vei slobozi de năvala gândurilor rele, grăbeşte-te să intri în inima ta şi străduieşte-te să izgoneşti de acolo şarpele care s-a strecurat înăuntru.

Dar cea mai bună şi mai eficientă pază împotriva izbucnirilor neaşteptate ale patimilor este îndepărtarea pricinilor din care se nasc întotdeauna astfel de porniri.

Aceste pricini sunt două: dragostea şi ura. Dacă tu, iubite al meu, ai căzut în robia atracţiei pentru o persoană sau te-ai împătimit faţă de vreun lucru, mai mare sau mai mic, fireşte că atunci când le întâlneşti sau când vezi că cineva le ocărăşte şi le face rău sau vrea să le ia şi să le răpească de la tine, tu îndată te tulburi pentru aceasta, te superi, te frământi şi te răzvrăteşti împotriva acelora care fac aceasta. De aceea, dacă vrei ca să nu se întâmple cu tine astfel de nelinişti neaşteptate, îngrijeşte-te să biruieşti şi să smulgi din inimă o asemenea atracţie şi împătimire rea. Şi pe cât de departe ai ajuns fie într-una, fie într-alta, cu atât mai multă grijă trebuie să ai ca să te desprinzi de ele şi să te comporţi în mod raţional faţă de lucruri şi de oameni. Deoarece cu cât este mai puternică în tine atracţia şi împătimirea, cu atât mai furtunoasă şi mai neaşteptată va fi izbucnirea patimilor în toate situaţiile pe care le-am arătat.

De asemenea, dacă nu îţi place de o oarecare persoană sau te scârbeşti faţă de vreun lucru, este firesc să te înfurii pe neaşteptate sau să simţi ură atunci când le întâlneşti şi mai ales când cineva le laudă. De aceea, dacă vrei să păstrezi pacea inimii în astfel de situaţii, sileşte-te ca în acele momente să înăbuşi simţămintele rele, iar mai apoi să le stârpeşti cu totul.

La aceasta te va ajuta o astfel de cugetare (în ceea ce priveşte oamenii): că şi ei sunt făpturile lui Dumnezeu, zidite, ca şi tine, cu dreapta atotputernică a Dumnezeului celui viu, după chipul şi asemănarea Lui; că şi ei au fost răscumpăraţi cu nepreţuitul sânge al Domnului nostru Iisus Hristos; că şi ei sunt fraţii şi tovarăşii tăi, pe care nu trebuie să îi urăşti nici măcar în gând, precum este scris: *Să nu urăşti pe fratele tău în inima ta* (Lev. 19, 17). Şi dacă (presupunând că ei sunt vrednici de dispreţ şi de ură) tu îi primeşti cu bunăvoinţă

şi dragoste, prin aceasta te asemeni lui Dumnezeu, Care iubeşte toate făpturile Sale şi nu le dispreţuieşte pe niciuna, precum Îl laudă înţeleptul Solomon, zicând: *Pentru că iubeşti toate cele ce sunt şi de nimic din cele ce ai făcut nu Te scârbeşti, că nimic nu ai făcut, care să urăşti* (Înţel. 11, 24) şi Care, trecând cu vederea păcatele omeneşti, *soarele Său îl răsare şi peste cei răi şi peste cei buni şi plouă peste cei drepţi şi peste cei nedrepţi* (Mat. 5, 45).

CAPITOLUL 19

Cum să lupţi împotriva patimilor trupeşti

Cu patimile trupeşti, fratele meu, trebuie să te lupţi într-un chip aparte, nu precum cu celelalte. Şi pentru ca lupta să decurgă după rânduiala cuvenită, să ştii că una trebuie să faci înainte de a fi ispitit de aceste patimi, alta în vremea ispitei şi alta după încetarea ei.

Înainte de ispită atenţia ta trebuie îndreptată împotriva pricinilor care slujesc drept prilej pentru naşterea ispitei sau pentru stârnirea patimii. Aici este o regulă: să fugi în orice chip de toate situaţiile care pot să tulbure pacea trupului tău, mai ales de întâlnirile cu persoanele de genul opus. Şi dacă vreodată va fi nevoie să vorbeşti cu o astfel de persoană, vorbeşte scurt, păstrând nu numai smerenia, ci şi o anumită asprime a feţei tale, iar cuvintele tale să fie politicoase, dar mai degrabă reţinute decât binevoitoare.

Să nu crezi vrăjmaşului tău în veci (Sir. 12, 12) zice înţeleptul Sirah. Nici tu să nu te încrezi în trupul tău vreodată, căci, precum arama naşte singură din sine rugina, tot aşa şi firea cea stricată a trupului naşte din sine pornirile rele ale poftei. *Că în ce chip arama se rugineşte, aşa şi răutatea lui* (idem). Să nu te încrezi,

iarăşi îţi repet, să nu te încrezi în tine însuţi în această privinţă, chiar dacă, să zicem, tu nu mai simţi sau nu ai mai simţit de multă vreme această săgetătură a trupului tău. Căci această de trei ori blestemată răutate face uneori într-un singur ceas şi într-o singură clipă ceea ce nu a făcut timp de mulţi ani şi totdeauna îşi face pregătirile de atac pe tăcute. Şi să ştii că cu cât mai mult se arată prietenă şi nu dă nici cel mai mic motiv de bănuială asupra ei, cu atât mai mult aduce vătămare după aceea şi de multe ori loveşte de moarte.

De aceea, fiecare trebuie să se teamă mai ales de acele persoane de genul opus cu care consideră că îi este îngăduit a avea tovărăşie în viaţa de zi cu zi, fie pentru că îi sunt rude, fie pentru că sunt cucernice şi îmbunătăţite, fie pentru că a primit daruri de la ele şi socoteşte că trebuie să le arate cât mai des recunoştinţă pentru aceasta. Este necesar să te temi de aceasta, deoarece în această tovărăşie, care este fără de frică şi atenţie din partea ta, aproape întotdeauna se amestecă dulceaţa otrăvitoare a simţurilor, care apoi, puţin câte puţin, pe nesimţite, pătrunde în suflet până în străfunduri şi atât întunecă mintea, încât cineva atins de această molimă începe să socotească drept nimic toate pricinile primejdioase ale păcatului, precum: privirile pătimaşe, cuvintele dulci de o parte şi de alta, mişcările şi poziţiile atrăgătoare ale trupului, apucarea mâinilor. Din această pricină el cade în cele din urmă şi în păcatul însuşi şi în alte mreje diavoleşti, din care uneori nu se mai poate elibera deloc.

Deci, fratele meu, fugi de acest foc, căci tu eşti praf de puşcă. Şi niciodată să nu îndrăzneşti să te gândeşti, nădăjduind în tine, că eşti praf de puşcă înmuiat şi cu totul plin de apă bună şi voinţă puternică. Nu, nu! Ci gândeşte-te mai degrabă că eşti praf de puşcă uscat şi

prea uscat şi de îndată ce flacăra aceea te va atinge vei lua foc. Niciodată să nu te bizuieşti pe tăria hotărârii tale şi pe osârdia pe care o ai ca mai bine să mori decât să superi pe Dumnezeu cu păcatul, deoarece, chiar dacă am încuviinţa că prin aceasta eşti praf de puşcă ud, totuşi, prin desele întâlniri şi şederi ochi către ochi, flacăra trupului puţin câte puţin usucă umezeala voinţei tale bune, şi tu însuţi nu-ţi vei da seama cum te vei pomeni aprins de dragostea trupească într-o asemenea măsură, încât vei înceta să te mai ruşinezi de oameni şi să te mai temi de Dumnezeu, şi nu vei mai băga în seamă nici cinstea, nici viaţa şi nici toate chinurile iadului, în dorinţa ta de a săvârşi păcatul.

Fugi deci, fugi în toate chipurile posibile:

a) de astfel de întâlniri cu persoanele care te pot sminti, dacă vrei cu adevărat să nu fii robit de păcat şi să-i plăteşti tributul, care este moartea sufletească. Preaînţeleptul Solomon îl numeşte înţelept pe acela care se teme şi fuge de pricinile păcatelor, iar pe acela care, bizuindu-se pe sine, multe îndrăzneşte şi nu fuge de ele, îl numeşte nebun, zicând: *Înţeleptul temându-se, se fereşte de rău; iar cel fără de minte, nădăjduindu-se în sine, se amestecă cu cel fărădelege* (Pild. 14, 16). Oare nu aceasta arăta apostolul, când îi sfătuia pe corinteni: *Fugiţi de curvie* (I Cor. 6, 18)?

b) fugi de trândăvie şi de lenevire şi fii cu trezvie. Veghează cu toată atenţia asupra gândurilor tale şi rânduieşte-ţi cu înţelepciune toate lucrările care sunt necesare stării tale.

c) niciodată să nu fii neascultător faţă de mai-marii tăi şi de părinţii tăi duhovniceşti, ci întru toate supune-te lor cu râvnă, îndeplinind în grabă şi cu zel orice ar porunci şi mai ales cele ce te smeresc şi sunt împotriva voii şi înclinaţiilor tale.

d) niciodată nu-ţi îngădui să judeci cu îndrăzneală pe aproapele tău; să nu judeci şi să nu osândeşti pe nimeni, mai ales pentru acest păcat trupesc despre care ne este cuvântul, chiar dacă cineva ar fi căzut la arătare în el, ci să arăţi compătimire şi milă pentru dânsul; nu te indigna asupra lui şi nu râde de el, ci, din exemplul său, ia lecţie de smerenie pentru tine şi, ştiind că tu însuţi eşti prea neputincios şi înclinat spre mai rău, precum praful de pe drum, zi în sinea ta: „Acela a căzut azi, iar eu voi cădea mâine". Să ştii că dacă eşti grabnic la osândirea şi dispreţuirea altora, atunci Dumnezeu te va pedepsi în chip dureros pentru aceasta, lăsându-te să cazi şi tu în aceeaşi greşeală pentru care îi osândeşti pe alţii. *Nu judecaţi, ca să nu fiţi judecaţi* (Mat. 7, 1) şi ca să nu fiţi osândiţi la aceeaşi pedeapsă, pentru ca din căderea voastră să cunoaşteţi vătămarea adusă de mândrie şi, smerindu-vă, să căutaţi leac pentru două rele: mândria şi desfrânarea. Şi chiar dacă Dumnezeu, după mila Sa, te va păzi de cădere, iar tu îţi vei păstra neschimbat şi tare gândul tău de curăţie, totuşi încetează să osândeşti, dacă ai osândit, şi să nu te bizui pe tine, ci mai degrabă să te temi şi să nu te încrezi în statornicia ta.

e) ia aminte la tine şi veghează asupra ta. Dacă ai câştigat vreun dar de la Dumnezeu sau te afli într-o bună aşezare duhovnicească, să nu primeşti în îngâmfarea ta vreo deşartă părere sau închipuire de sine, ca şi cum tu ai fi ceva şi vrăjmaşii tăi nu ar mai îndrăzni să te atace, şi că tu atât îi urăşti pe ei şi îi dispreţuieşti, încât îi vei respinge imediat, dacă vor îndrăzni să se apropie de tine. De îndată ce vei cugeta astfel, vei cădea cu uşurinţă, precum o frunză de toamnă din copac.

Acestea sunt cele ce trebuie păzite mai înainte de ispita patimii trupeşti.

Însă *în vremea ispitei* iată ce trebuie să faci: află cât mai grabnic pricina care a provocat războiul şi îndată îndepărtează-o. Pricina poate fi interioară sau exterioară. Şi pricini exterioare pot fi: nestăpânirea ochilor, cuvintele cele dulci la auz, de asemenea cântecele de acest fel, după conţinutul şi melodia lor, hainele elegante din materiale fine, parfumurile bineplăcute mirosului, convorbirile şi purtările libere, atingerile şi strângerile de mâini, dansurile şi multe altele asemenea. Leacuri pentru toate acestea sunt: îmbrăcămintea simplă şi smerită, a nu voi nici să vezi, nici să auzi, nici să miroşi, nici să vorbeşti sau să atingi nimic din cele ce provoacă această pornire ruşinoasă, şi, mai ales, fuga de tovărăşia cu persoanele de gen opus, după cum am spus mai sus. Iar pricinile interioare sunt, pe de o parte, viaţa în îndestulare şi odihna trupului, când toate dorinţele trupeşti sunt satisfăcute pe deplin, iar pe de altă parte – gândurile ruşinoase, care vin fie de la sine, din amintirea celor văzute, auzite sau simţite, fie sunt stârnite de duhurile rele.

În ceea ce priveşte viaţa în îndestulare deplină şi odihna trupului, aceasta trebuie înăsprită prin postiri, privegheri, culcări pe jos şi, mai ales, cu multe metanii până la istovire şi alte asemenea struniri ale trupului de bună voie, precum sfătuiesc şi îndeamnă înţelepţii şi iscusiţii noştri Sfinţi Părinţi. Iar împotriva gândurilor, indiferent de unde vin, drept leacuri sunt felurite îndeletniciri duhovniceşti, potrivite stării tale şi necesare acesteia, cum ar fi: citirea cărţilor sfinte şi de suflet mântuitoare, mai ales cele ale Sfinţilor Efrem Sirul, Ioan Scărarul, Filocalia şi altele de acest fel; cugetările evlavioase şi rugăciunea.

Rugăciunea ta, atunci când încep să năvălească asupra ta gânduri ruşinoase, săvârşeşte-o astfel: îndată ridică-ţi mintea ta la Domnul cel răstignit pentru noi şi

din adâncul sufletului strigă către El: „Doamne al meu Iisuse! Iisuse al meu preadulce! Grăbeşte-Te să-mi ajuţi şi nu lăsa vrăjmaşul meu să mă robească!". În acelaşi timp, îmbrăţişează gândit şi simţit, dacă este în apropiere, Crucea de viaţă făcătoare pe care a fost răstignit pentru tine Domnul tău, sărută de multe ori rănile Lui şi vorbeşte cu El cu dragoste: „Preafrumoase răni, răni preasfinte, răni preacurate! Răniţi această ticăloasă şi necurată inimă a mea şi nu mă lăsaţi să vă ruşinez şi să vă înjosesc cu necurăţia mea".

Iar în vremea când se înmulţesc în tine gândurile ruşinoase ale dulceţilor trupeşti, cugetarea ta să nu fie îndreptată direct împotriva lor, deşi alţii sfătuiesc aşa. Nu încerca să-ţi închipui în gând necurăţia şi ruşinea păcatelor poftei trupeşti, nici mustrarea conştiinţei cu amărăciunea care îi urmează, nici stricăciunea firii tale şi pierderea curăţiei fecioriei, nici terfelirea cinstei tale şi altele asemenea. Nu încerca, zic, să te gândeşti la acestea, căci astfel de cugete nu întotdeauna sunt un mijloc sigur pentru a birui ispita trupului, ci, dimpotrivă, pot să ducă la înăsprirea atacurilor, iar uneori chiar la cădere. Căci, deşi mintea cu cuvântul său gânditor va mustra şi se va împotrivi acestei patimi, dar întrucât gândul va rămâne asupra obiectelor ei, faţă de care inima nu este indiferentă, atunci nu e de mirare că în vreme ce mintea va irosi astfel de condamnări aspre ale acestor fapte, inima se va îndulci cu ele şi le va încuviinţa, ceea ce va însemna căderea sa lăuntrică. Nu aşa, ci trebuie să cugeţi la subiecte care ar înlătura de la tine aceste lucruri ruşinoase şi ar abate cu totul atenţia de la ele şi care, prin conţinutul lor, ar conduce la deşteptarea inimii. Astfel de subiecte sunt viaţa şi pătimirea Celui ce S-a întrupat pentru noi, a Domnului nostru Iisus Hristos, ceasul de neocolit al morţii, cumplita zi a înfricoşătoarei judecăţi şi feluritele chinuri ale iadului.

Dacă, precum se întâmplă adeseori, gândurile acestea ruşinoase continuă şi după aceasta să te atace cu o putere deosebită şi nestăvilită, nu te teme, nu înceta să cugeţi la subiectele arătate mai sus, şi nu încerca să lupţi direct cu gândurile, ca să le stai împotrivă. Nu fă aşa, ci continuă să cugeţi cât poţi mai atent la subiectele înfricoşătoare şi trezvitoare arătate mai înainte, netulburându-te nici cât de puţin de acele gânduri ruşinoase, ca şi cum nu ar fi ale tale. Să ştii că nu este nici un mijloc mai bun pentru alungarea lor, decât a nu le băga în seamă şi a nu le acorda nici o atenţie. Această cugetare să o întrerupi adesea cu această rugăciune sau cu o alta asemenea: „Ziditorul şi Izbăvitorul meu, slobozeşte-mă de vrăjmaşii mei, spre cinstea Patimii Tale şi a negrăitei Tale bunătăţi". Şi să-ţi închei cugetarea tot cu o asemenea rugăciune.

Fii atent să nu-ţi mai întorci deloc ochiul minţii tale spre această necurăţie trupească, căci şi numai simpla închipuire a ei nu este fără de primejdie. Şi nu te opri să stai de vorbă cu aceste ispite sau despre ele, ca să-ţi dai seama dacă te-ai învoit sau nu cu dânsele. Această cercetare, chiar dacă la arătare pare bună, în fapt este cu adevărat un şiretlic al diavolului, care încearcă în acest chip fie să te împovăreze, fie să te arunce în descurajare şi deznădejde, fie să te ţină pe tine cât se poate mai mult în aceste gânduri şi, prin ele, să te ducă la păcatul cu fapta de acest fel sau de altul.

În locul unor asemenea cercetări asupra gândurilor acestea, care te tulbură, mergi şi mărturiseşte totul părintelui tău duhovnicesc şi rămâi apoi în pace în gândul şi inima ta, netulburat de nici o întrebare, liniştit fiind de hotărârea părintelui tău. Însă să-i descoperi tot ce a tulburat şi tulbură mintea şi simţurile tale în această ispită, neascunzând nimic şi neîngăduind ruşinii să lege limba ta, ci mai degrabă smerindu-te în defăimare de

sine, neintrând însă în descrierea amănuntelor trupeşti ca să nu măreşti sminteala. Căci dacă în fiecare luptă cu vrăjmaşii avem nevoie de smerenie adâncă pentru a-i birui, oare cu cât mai mult nu ne este ea necesară nouă în vremea războiului trupesc? Căci însăşi această ispită cel mai adesea fie se naşte din mândrie, fie este o învăţătură de minte şi pedeapsă pentru ea. De aceea şi spune Sfântul Ioan Scărarul că cel care a căzut în desfrânare sau într-un alt păcat trupesc, acela mai înainte de toate a căzut în mândrie; şi că însăşi căderea lui în păcat a fost îngăduită pentru ca să se smerească: „Unde căderea s-a săvârşit, acolo mândria mai înainte a locuit, căci prevestitoarea primei este cea de-a doua". Şi încă: „Pedeapsa mândrului este căderea lui".

Când ispita a trecut şi în cele din urmă gândurile ruşinoase s-au liniştit, iată ce trebuie să faci: oricât ţi s-ar părea că eşti liber de acum de războiul trupului, şi oricât de încredinţat ai fi de aceasta, totuşi ai grijă să-ţi ţii mintea şi atenţia departe de acele lucruri şi persoane care ţi s-au făcut pricină de ispită, şi nicidecum să nu asculţi îndemnul de a le vedea sub pretextul că îţi sunt rude sau că sunt persoane evlavioase şi binefăcători ai tăi. Bagă-ţi minţile în cap că şi aceasta este o amăgire păcătoasă a firii noastre stricate şi o mreajă a vicleanului nostru vrăjmaş, diavolul, care se preface chiar şi în înger de lumină, ca să ne arunce pe noi întru întuneric, precum a zis Apostolul Pavel (II Cor. 11, 14).

CAPITOLUL 20

Cum să biruieşti trândăvia

Ca să nu cazi în ticăloasa răutate a trândăviei, care-ţi împiedică calea spre desăvârşire şi te dă în mâinile vrăjmaşilor, ţi se cade să fugi de orice fel de curiozitate

(iscodire: ce este acolo, ce este aici; umblare fără rost, vorbă deşartă, căscat gura), de orice alipire faţă de vreun lucru pământesc şi de orice lucrare după capul tău sau după voia ta, care este cu totul nepotrivită stării tale. Şi dimpotrivă, ţi se cade să te sileşti în tot chipul să te supui de bună voie şi grabnic la orice povăţuire bună şi la toată porunca înaintestătătorilor şi părinţilor tăi duhovniceşti, făcând tot lucrul la vremea şi în chipul în care doresc ei.

Să nu întârzii niciodată să te apuci de orice lucru pe care trebuie să-l faci, căci acea puţină întârziere de la început te va duce la o a doua mai lungă, iar a doua la a treia, încă şi mai lungă, şi aşa mai departe. De aceea şi lucrul începe foarte târziu şi nu este făcut la vremea lui sau este de multe ori abandonat cu desăvârşire, ca fiind prea împovărător. Gustând o dată dulceaţa nelucrării, începi să o iubeşti şi să o doreşti mai mult decât lucrarea, şi împlinind această dorinţă, ajungi încetul cu încetul la obiceiul de a nu lucra, sau la lene, în care patima de a nu lucra nimic într-atâta te va stăpâni încât vei înceta să mai conştientizezi cât este de nepotrivită şi nelegiuită, până când, obosindu-te chiar de această lene, te vei apuca din nou cu toată râvna de lucrul tău. Atunci vei vedea cu ruşine cât ai fost de trândav înainte de aceasta şi cât de multe lucrări care s-ar fi cuvenit săvârşite ai pierdut din pricina unor nefolositoare şi deşarte „fac ce vreau".

Această trândăvie, abia perceptibilă la început, pătrunde pretutindeni şi nu numai că biruieşte voinţa cu otrava ei, sădind în ea dezgustul faţă de orice osteneală şi de orice lucrare duhovnicească şi ascultare, ci orbeşte chiar şi mintea, nelăsând-o să priceapă toată nebunia şi minciuna raţiunii pe care se întemeiază această dispoziţie a voinţei, şi neîngăduindu-i să arate conştiinţei acele judecăţi sănătoase, care ar avea putere să mişte această voinţă leneşă pentru a-şi îndeplini lucrarea cuvenită cât

mai grabnic şi cu toată râvna, fără a o amâna pe altădată. Fiindcă nu este de ajuns a săvârşi degrabă lucrarea, ci se cade ca fiecare lucru să fie făcut la vremea cuvenită, cerută de natura aceluia, şi cu toată atenţia şi sârguinţa, ca să fie cât mai desăvârşit. Ascultă ceea ce este scris: *Blestemat cel ce face lucrurile Domnului cu nebăgare de seamă* (Ier. 48, 10). Şi iată că aduci asupra ta această nenorocire, pentru că te leneveşti să cugeţi la vrednicia şi valoarea lucrării pe care o ai de făcut, ca să te îndemni pe tine să o faci la vremea ei şi cu o hotărâre care să risipească toate gândurile despre ostenelile care o însoţesc, gânduri pe care ţi le aduce lenea, ca să te abată de la lucrare.

Deci să ai întotdeauna în minte încredinţarea că o singură înălţare a minţii către Dumnezeu şi o singură metanie smerită, cu plecarea genunchilor la pământ, spre slava şi cinstea lui Dumnezeu, sunt cu neasemănare mai scumpe decât toate comorile lumii; şi că de fiecare dată când alungăm trândăvia şi ne silim să săvârşim cu sârguinţă lucrurile pe care trebuie să le facem, îngerii ne gătesc nouă în ceruri o cunună de biruinţă preaslăvită. Şi, dimpotrivă, celor trândavi Dumnezeu nu numai că nu le dă cunună, ci, puţin câte puţin, El ia înapoi de la ei şi acele daruri pe care li le-a dat pentru slujirea osârdnică pe care I-au adus-o mai înainte, iar la sfârşit îi lipseşte şi de Împărăţia Sa, dacă rămân în trândăvie, precum a zis în pilda despre cei chemaţi la cină şi care s-au lenevit să vină: *Că zic vouă, că nici unul din bărbaţii aceia care erau chemaţi nu va gusta din cina mea* (Lc. 14, 24). Aceasta este soarta celor trândavi. Însă celor care sunt sârguitori şi se silesc pe sine fără de cruţare la toată fapta bună, Domnul le înmulţeşte aici darurile Sale binecuvântate, şi le pregăteşte viaţă veşnic fericită în împărăţia Sa cerească, precum a zis: *Împărăţia cerurilor se ia prin străduinţă şi cei ce se silesc o răpesc pe ea* (Mat. 11, 12).

Amăgește-ți voința leneșă

(Dacă gândul cel rău, străduindu-se să te arunce în trândăvie, îți sugerează că pentru dobândirea virtuții pe care o dorești este necesar să iei asupra ta o osteneală foarte mare și încă vreme de multe zile, și că vrăjmașii tăi sunt puternici și mulți, iar tu ești singur și neputincios, și că trebuie să faci multe și mari lucruri ca să atingi țelul tău, dacă, zic, gândul trândăviei îți sugerează toate acestea, să nu-l asculți pe el, ci, dimpotrivă, pune-ți în minte că, bineînțeles, trebuie să lucrezi, dar nu mult, că va trebui să depui osteneală, dar foarte mică și nu pentru multe zile, că și dușmani vei întâlni, dar nu mulți, ci doar unul, și chiar dacă acela ar fi puternic împotriva ta singur, totuși tu ești incomparabil mai tare decât el, având ajutorul lui Dumnezeu, care este totdeauna aproape de tine pentru nădejdea pe care o ai într-Însul. De vei face așa, atunci trândăvia va începe să se retragă de la tine, iar în locul ei, sub înrâurirea cugetelor și simțirilor bune, încetul cu încetul va începe să intre în tine o râvnă sârguincioasă pentru tot ceea ce se cuvine, care va stăpâni în cele din urmă toate puterile sufletului și ale trupului tău.)

Tot așa să faci și în cazul rugăciunii. Dacă pentru săvârșirea vreunei slujbe ar fi nevoie, să zicem, de o oră de osteneală la rugăciune, ceea ce ți se pare împovărător din pricina lenevirii tale, atunci tu, apucându-te de aceasta, nu te gândi că va trebui să stai în picioare o oră, ci închipuie-ți că va dura cam un sfert de ceas și, fără să bagi de seamă, te vei ruga acest sfert de oră. După care spune-ți ție: „Să mai stau un sfert de oră. Nu este mult, după cum vezi". Apoi fă același lucru pentru cel de-al treilea și al patrulea sfert de ceas. Îți vei termina în acest fel pravila de rugăciune, nebăgând în seamă osteneala și greutatea ei. Dacă însă uneori în timpul acesta ți se întâmplă să simți o asemenea împovărare, încât îți

tulbură şi însăşi rugăciunea, atunci lasă un timp pravila, iar apoi iarăşi, după puţină vreme, apucă-te de ea şi termină ceea ce nu ai săvârşit.

Tot aşa să procedezi şi în ceea ce priveşte lucrul de mână şi sarcinile ascultării tale. Uneori ţi se pare că aceste lucrări sunt multe, te tulburi şi eşti gata să le laşi baltă. Dar nu te gândi la mulţimea sarcinilor, ci silindu-te, apucă-te de prima care îţi stă înainte şi fă-o cu toată osârdia, ca şi cum altele nu ar mai fi, şi o vei face în tihnă. Apoi tot aşa procedează şi cu celelalte sarcini, şi pe toate le vei face liniştit, fără tulburare şi agitaţie.

Procedează astfel întru toate şi să ştii că de nu te vei înţelepţi şi nu te vei lupta astfel cu simţământul de osteneală şi greutate pe care ţi-l sugerează vrăjmaşul în ceea ce priveşte sarcinile care îţi stau înainte, atunci trândăvia în cele din urmă te va înrobi cu totul, aşa încât nu numai atunci când vei fi în faţa vreunei osteneli, ci şi atunci când ea este încă departe în viitor, te vei simţi ca şi cum ai avea un munte pe umeri, ţi se va părea că eşti apăsat de acesta şi vei fi chinuit precum un rob care este legat în lanţuri fără putinţă de scăpare. De aceea chiar şi în timpul odihnei tale nu vei avea tihnă şi, chiar şi atunci când eşti fără de lucru, te vei simţi împovărat de sarcini.

Să ştii de asemenea, fiul meu, că puţin câte puţin, această boală a lenevirii şi a trândăviei distruge cu otrava ei ascunsă nu numai rădăcinile cele dintâi şi încă mici, din care urmau să odrăslească în timp deprinderile virtuoase, ci şi acelea care de demult s-au adâncit şi slujesc drept temelie a întregii rânduieli a vieţuirii celei bune. Şi, precum un vierme încetul cu încetul roade copacul, aşa şi trândăvia, dacă se prelungeşte, pe nesimţite mistuie şi nimiceşte înşişi nervii vieţii duhovniceşti. Cu ajutorul ei, diavolul ştie să întindă mreje şi să aşeze curse ale ispitei pentru orice om, şi se

străduieşte să facă aceasta cu grijă deosebită şi viclenie pentru râvnitorii vieţii duhovniceşti, ştiind că cel leneş şi trândav lesne se pleacă poftelor, precum este scris: *Întru pofte este tot cel leneş* (Pild. 13, 4).

Deci priveghează totdeauna, rugându-te şi sârguindu-te bine, precum i se cuvine unui luptător viteaz: *mâinile celor viteji sunt întru sârguinţă* (Pild. 13, 14). Nu sta cu mâinile încrucişate, amânând ţeserea hainei tale de nuntă până în momentul când va trebui să ieşi frumos împodobit întru întâmpinarea Mirelui Hristos. Adu-ţi aminte în fiecare zi că *acum* este în mâinile noastre, iar *mâine* în mâinile lui Dumnezeu, şi că Acela Care ţi-a dăruit dimineaţa nu a făgăduit că-ţi va da şi seara. Pentru aceea niciodată să nu-l asculţi pe diavol când îţi va şopti: „Dă-mi mie clipa de acum, iar lui Dumnezeu dă-i ziua de mâine". Nu, nu! Ci toate orele vieţii tale petrece-le în chip bineplăcut lui Dumnezeu; ţine minte că în locul ceasului de faţă nu ţi se va mai da un altul şi că pentru fiecare minut din acest ceas va trebui să dai cea mai amănunţită socoteală. Înţelege că această vreme pe care o ai în mâinile tale este fără de preţ şi că, dacă o vei pierde în deşert, va veni timpul când o vei căuta şi nu o vei afla. Socoteşte pierdută ziua aceea în care, deşi ai făcut fapte bune, însă nu ţi-ai biruit înclinaţiile şi dorinţele tale cele rele.

Voi încheia lecţia mea despre aceasta, repetând porunca apostolului: *nevoieşte-te cu nevoinţa cea bună* întotdeauna (I Tim. 6, 12); căci de multe ori s-a întâmplat că un singur ceas de osteneală cu sârguinţă a câştigat raiul, precum şi dimpotrivă, un ceas de trândăvie l-a pierdut. Fii cu grijă, dacă vrei să adevereşti înaintea lui Dumnezeu cât de puternică este nădejdea mântuirii tale: *Iar cel ce nădăjduieşte spre Domnul cu grijă va fi* (Pild. 28, 25).

CAPITOLUL 21

Despre ocârmuirea şi buna folosinţă a simţurilor din afară

Râvnitorii evlaviei au nevoie de multă înţelepciune şi nevoinţă neîncetată pentru a ocârmui cu stricteţe şi a îndrepta bine cele cinci simţuri din afară, adică: vederea, auzul, mirosul, gustul şi pipăirea. Inima noastră neîncetat însetează şi aleargă după mângâieri şi plăceri. Ea ar fi trebuit să le găsească înăuntrul său, ţinând şi purtând în ea pe Cel după chipul Căruia a fost făcut omul, pe Însuşi Izvorul a toată mângâierea. Dar când, în căderea noastră, ne-am depărtat de Dumnezeu, iubindu-ne pe noi înşine, nu ne-am mai menţinut nici în sinele nostru, ci am căzut în trup şi astfel am ieşit afară din noi şi am început să ne căutăm bucurii şi mângâieri acolo. Călăuze şi îndrumători la aceasta ne-au fost simţurile noastre. Prin ele sufletul iese afară şi gustă lucrurile care sunt supuse cercetării de către fiecare simţ, şi prin cele care îndulcesc aceste simţuri se îndulceşte şi el însuşi, şi din totalitatea lor îşi alcătuieşte sieşi un cerc al mângâierilor şi al plăcerilor, a căror gustare o socoteşte principalul lui bine. Astfel buna rânduială s-a stricat: în loc să-L caute pe Dumnezeu înăuntru, inima caută plăceri în afară şi se mulţumeşte cu ele.

Cei care dau ascultare glasului lui Dumnezeu: „Pocăiţi-vă", se căiesc şi îşi aşază lor lege să refacă în ei rânduiala dintru început a vieţii, adică să se întoarcă dinafară înăuntru şi dinăuntru la Dumnezeu, pentru a via în El şi prin El, şi în aceasta să-şi aibă întâiul lor bine, purtând în ei înşişi izvorul a toată mângâierea. Refacerea acestei rânduieli, deşi se dobândeşte prin dorinţă puternică şi hotărâre neabătută, totuşi nu se săvârşeşte îndată. Celui care s-a hotărât să facă aceasta îi stă înainte

osteneala unei lupte îndelungate cu vechile obiceiuri de a-şi satisface poftele, de a se răsfăţa şi de a se alinta pe sine, până când acestea dispar şi sunt înlocuite cu altele, potrivite noii vieţi. Şi iată aici au o mare însemnătate ocârmuirea şi modul de folosire a simţurilor din afară.

Fiecare simţ are domeniul său de obiecte plăcute şi neplăcute. Sufletul se desfată cu cele plăcute şi, obişnuindu-se cu ele, prinde poftă de acestea. Din partea fiecărui simţ intră astfel în suflet câteva pofte sau înclinaţii şi atracţii. Ele toate se ascund în suflet şi tac atunci când nu sunt pricini care să le stârnească. Însă ele sunt trezite uneori de gândurile cu privire la obiectele poftelor lor, iar mai cu seamă şi mai puternic se înfierbântă dacă obiectele dorinţelor lor stau înaintea simţurilor şi sunt percepute de acestea. În acest caz, pofta pentru ele creşte fără a putea fi stăpânită, iar în acela care încă nu s-a hotărât să nu i se supună, ea *naşte păcatul, iar păcatul săvârşindu-se, naşte moartea* (Iac. 1, 15), aşa încât se împlinesc la acesta cuvintele proroceşti: *s-a suit moartea prin ferestrele voastre* (Ier. 9, 21), adică prin simţuri, care sunt ferestrele sufletului pentru comunicarea cu lumea din afară. Iar în acela care s-a hotărât să nu cedeze, pofta ridică o luptă care nu este lipsită de primejdia de a cădea. De aceea acesta din urmă trebuie să-şi facă o lege din a-şi ocârmui şi a-şi folosi simţurile în aşa fel încât prin ele să nu fie stârnite pofte simţite, ci dimpotrivă, să fie primite doar acele impresii care pot să înăbuşe poftele şi să trezească simţămintele opuse lor.

Vezi, frate, în ce primejdie te pot pune simţurile tale? Deci ia aminte la tine şi învaţă să o preîntâmpini. Străduieşte-te în tot chipul să nu îngădui simţurilor să rătăcească ici şi colo, precum vor, şi nu le îndrepta doar spre plăcerile simţite, ci dimpotrivă, spre ceea ce este bun, folositor sau necesar. Şi dacă până acum uneori

simţurile tale s-au revărsat spre plăceri simţite, de acum înainte nevoieşte-te cât poţi să le înfrânezi şi să le întorci înapoi de la împătimirile lor. Ocârmuieşte-le bine aşa încât unde mai înainte erau robite de plăceri deşarte şi vătămătoare de suflet, de acum încolo să primească impresii folositoare de la orice făptură şi de la orice lucru şi pe acestea să le introducă în suflet. Asemenea impresii, născând în suflet gânduri duhovniceşti, îl vor face să se întoarcă întru sine şi îl vor duce pe aripile contemplaţiei mintale la vederea lui Dumnezeu şi la slăvirea Lui, precum spune Fericitul Augustin: „Câte zidiri se află în lume, toate acestea vorbesc cu bărbaţii cei îmbunătăţiţi cu o limbă cu adevărat mută şi tăcută, dar foarte lucrătoare, care cu lesnire se aude şi se înţelege de dânşii. Din aceasta ei primesc cugete bune şi evlavioase şi se ridică la dragostea înflăcărată de Dumnezeu".

Aceasta o poţi face şi tu în felul următor. Când înaintea simţurilor tale din afară se află un oarecare obiect simţit, fie văzut, fie auzit, fie mirosit sau pipăit sau gustat, desparte în gândul tău ceea ce este în el simţit şi material, de ceea ce este de la Duhul dumnezeiesc cel ziditor, şi gândeşte-te că este cu neputinţă ca el să-şi aibă de la sine însuşi fiinţarea şi toate celelalte ce sunt în el, ci că toate acestea sunt în el lucrarea lui Dumnezeu, Care, cu puterea Sa cea nevăzută, îi dă lui şi această fiinţare, şi bunele calităţi, frumuseţea şi alcătuirea cu înţelepciune, şi această putere de a influenţa asupra altora, şi putinţa de a primi de la aceia înrâuriri, şi toate celelalte, care sunt bune în el. Apoi strămută aceste gânduri şi asupra tuturor celorlalte lucruri văzute şi bucură-te cu inima că numai Unul Dumnezeu este pricina şi începutul unor atât de felurite, de mari şi de minunate desăvârşiri, care se descoperă în făpturi, că El Însuşi în nemărginire uneşte în sine toate desăvârşirile posibile, şi că aceste desăvârşiri, care

se văd în făpturi, nu sunt altceva, decât slabe oglindiri şi umbre ale desăvârşirii dumnezeieşti celei fără de margini. Cu astfel de gânduri deprinde-ţi mintea ta la vederea oricărei făpturi şi te vei obişnui, privind la obiectele cele văzute, să nu-ţi opreşti atenţia doar la exteriorul lor, ci să pătrunzi înăuntru, la ceea ce este în ele dumnezeiesc, la frumuseţea lor nevăzută şi ascunsă, care se vede cu mintea. Făcând aşa, tot ce este la lucruri atrăgător pentru partea ta simţitoare va fi ocolit fără de urmare de atenţia şi simţirea ta, şi doar conţinutul lor interior ţi se va întipări în minte, trezind şi hrănind în ea contemplaţia duhovnicească şi ridicând-o spre slăvirea lui Dumnezeu.

Deci, privind la cele patru stihii – focul, aerul, apa şi pământul – şi cugetând la esenţa lor, la puterea şi lucrarea acestora, cu mare bucurie duhovnicească vei striga atunci către Creatorul lor Cel dintru început, Care le-a făcut astfel: „Dumnezeule mare, Putere nemăsurată şi Lucrare minunată! Slavă Ţie, că singur eşti începutul şi pricina esenţei, puterii şi lucrării fiecărei făpturi!”. Privind la cer şi la corpurile cereşti – soarele, luna şi stelele – şi cugetând că lumina şi strălucirea lor au primit-o de la Dumnezeu, vei exclama: „Lumină mai strălucitoare decât toate luminile, de la Care s-au făcut toate luminile materiale şi nemateriale! Lumină preaminunată, cea dintâi pricină a bucuriei îngerilor şi a desfătării celor fericiţi, în contemplarea neîncetată a Căruia se afundă ochii heruvimilor, faţă de care toate luminile simţite par bezna adâncă! Te slavoslovesc şi te preaînalţ, lumină adevărată, care luminezi pe tot omul ce vine în lume! Învredniceşte-mă totdeauna a Te vedea gânditor, ca să se bucure desăvârşit inima mea!”.

De asemenea, privind la copaci, la ierburi şi la alte multe feluri de plante şi văzând cu mintea cum trăiesc, se hrănesc, cresc şi dau naştere din ele altora asemenea lor,

şi că nu-şi au de la sine viaţa şi toate celelalte care sunt în ele, ci de la Duhul cel ziditor, pe Care tu nu-L vezi, dar Care singur le dă viaţă, poţi zice aşa: „Iată unde este Viaţa cea adevărată, din Care, întru Care şi prin Care trăiesc, se hrănesc şi se înmulţesc toate cele ce sunt! O, Desfătare de viaţă purtătoare a inimii mele!" În acelaşi fel, văzând animalele necuvântătoare, poţi să-ţi înalţi mintea la Dumnezeu, Care le dă lor simţirea şi puterea să se mişte din loc în loc, zicând: „O, Cel dintâi care dai mişcare tuturor; Cel Care, mişcând toate, rămâi nemişcat întru Sine! Slăvit să fii pentru nemişcarea şi rămânerea Ta în neschimbare!".

Iar privind la tine însuţi sau la ceilalţi oameni şi cugetând că numai neamului omenesc i s-a dat o stare aşa înaltă, că numai omul singur dintre toate vietăţile de pe pământ a fost dăruit cu raţiune şi că slujeşte ca punct de unire şi legătură între zidirile materiale şi nemateriale, ridică-te spre slăvirea şi mulţumirea către Dumnezeu, Ziditorul tău, şi zi: „O, Treime mai presus de fiinţă, Părinte, Fiule şi Duhule Sfinte! Fii preaslăvită în veci! Cât de îndatorat sunt a-Ţi mulţumi Ţie totdeauna nu numai pentru că m-ai zidit din pământ şi m-ai pus împărat peste toate făpturile pământeşti, nu numai pentru că ai cinstit firea mea cu însuşi chipul Tău, cu minte, cuvânt şi trup vieţuitor, ci mai ales pentru că mi-ai dat mie putere, ca, prin voinţa mea liberă, să mă fac asemenea cu Tine, prin virtuţi, pentru ca prin aceasta să Te am întotdeauna în mine şi să mă bucur în Tine în veci!".

Mă întorc acum la fiecare din cele cinci simţuri în parte şi îţi zic: văzând frumuseţea şi podoaba zidirilor, separă în mintea ta ceea ce vezi de înţelesul lor duhovnicesc, pe care nu îl vezi, şi cugetă că toată această podoabă frumoasă, ce se arată pe dinafară, este lucrarea nevăzutului şi atotînfrumuseţătorului făcătorului Duh, în

Care este pricina tuturor acestor frumuseţi din afară, şi zi plin de veselie: „Iată pâraie îmbelşugate din Izvorul Cel Nezidit! Iată ploaie care adapă toate din Marea nemărginită a tuturor bunătăţilor! Slavă Ţie, Doamne, pentru frumuseţea Ta cea nespusă, Care este pricina şi începutul a toată frumuseţea zidită! Slavă Ţie, pentru netâlcuita Ta frumuseţe cea mai presus de închipuire, de la care îşi are începutul orice podoabă!”.

Când vei auzi un glas plăcut sau o armonie de voci şi cântări, întoarce mintea ta către Dumnezeu şi zi: „O, Armonie a armoniilor, Doamne al meu! Slavă Ţie, pentru nemărginitele Tale desăvârşiri, care toate, adunându-se în Tine în armonie mai presus de fire şi oglindindu-se în cetele îngerilor din ceruri şi în nenumăratele făpturi de sub ceruri, alcătuiesc o neînchipuit de armonioasă simfonie!”. Şi încă: „Când va veni, Doamne al meu, ceasul când voi auzi în urechile inimii mele preadulcele Tău glas, zicându-mi: «Pacea Mea dau ţie» – pace din partea patimilor! *Că dulce este glasul Tău*, precum cântă mireasa în Cântarea Cântărilor (Cânt. 2, 14)”!

Dacă ţi se întâmplă să miroşi un mir sau o floare bine mirositoare, mută-te cu gândul de la această bună mireasmă din afară la mireasma tainică a Sfântului Duh şi zi: „Iată miresmele Florii Aceleia preabine mirositoare şi ale Mirului Aceluia nedeşertat, Care S-a revărsat peste toate zidirile lui Dumnezeu, după cum scrie în Cântarea Cântărilor: *Eu, floare a câmpului, crin al văilor* (Cânt. 2, 1), şi iarăşi *Mir vărsat este numele tău* (Cânt. 1, 2). Iată revărsarea ca un izvor a bunei mirosiri, Care preaîmbelşugat îşi varsă suflările Sale dumnezeieşti peste toţi, de la îngerii cei de sus şi preacuraţi până la zidirile cele de pe urmă, şi pe toate le bineînmiresmează”. Astfel odinioară Isaac, mirosind mirosul fiului său Iacov, a zis:

Mirosul fiului meu, ca mirosul unei țarine pline, pe care o a blagoslovit Domnul (Fac. 27, 27).

Iarăşi, când mănânci sau bei, cugetă că Dumnezeu este Acela ce dă tuturor bucatelor un gust plăcut şi, îndulcindu-te numai întru El, zi: „Bucură-te, suflete al meu, că, deşi în afara lui Dumnezeu nu poţi găsi nici o mulţumire, dulceaţă sau mângâiere, însă cunoscându-L şi alipindu-te de El, numai într-Însul poţi să găseşti toată desfătarea, precum te îndeamnă David, zicând: *Gustaţi şi vedeţi că bun este Domnul* (Ps. 33, 8) şi precum Solomon adevereşte, zicând: *Dulce este rodul lui în gâtlejul meu* (Cânt. 2, 3)".

Tot astfel, când îţi vei tinde mâinile tale să faci un lucru, adu-ţi aminte că Dumnezeu, dându-ţi tărie şi putinţă de a lucra, este prima pricină a oricărei mişcări, iar tu nu eşti altceva decât numai o unealtă vie în mâinile Lui şi, înălţându-ţi gândul către El, zi: „Slavă Ţie, Preaînalte Dumnezeule al tuturor, că Tu eşti Începătorul şi cel dintâi Lucrător în orice lucrare".

Iar când vezi la alţii bunătate, sau înţelepciune, sau dreptate, sau alte virtuţi, atunci, despărţind cele văzute de cele nevăzute, zi către Dumnezeul tău: „O, preabogată vistierie a tuturor virtuţilor! Slavă Ţie, Doamne, că tot binele vine numai de la Tine şi că tot binele nostru este nimic faţă de dumnezeieştile Tale desăvârşiri! Mulţumesc Ţie, Dumnezeul meu, pentru aceasta şi pentru orice alt bine pe care Îl faci aproapelui meu. Ci adu-Ţi aminte, Binefăcătorul nostru, şi de sărăcia şi marea mea lipsă în orice virtute".

În general, de fiecare dată când simţi faţă de zidirile lui Dumnezeu vreo atracţie sau plăcere, să nu-ţi opreşti atenţia numai asupra lor, ci trecând dincolo de ele, mută-te cu gândul la Dumnezeu şi zi: „Dumnezeul meu, dacă zidirile Tale sunt atât de frumoase, atât de

aducătoare de veselie, atât de plăcute, oare cât de nemăsurat mai frumos, mai veselitor şi mai preadulce eşti Tu Însuţi, Ziditorul tuturor!".

Dacă vei proceda aşa, iubite al meu, atunci vei putea şi prin cele cinci simţuri ale tale să te înveţi să-L cunoşti pe Dumnezeu, ridicând totdeauna mintea ta de la zidiri la Ziditor, aşa încât fiinţa şi buna alcătuire a tuturor celor zidite vor fi pentru tine o carte de teologie, iar tu, aflându-te încă întru această lume simţită, te vei face părtaş cunoştinţei lumii de dincolo de lume. Căci, cu adevărat, toată lumea şi toată natura nu sunt altceva decât o oarecare unealtă, iar în spatele a ceea ce se vede, nevăzut se află de faţă Însuşi Ziditorul şi Meşterul, lucrând şi arătându-Şi la vedere arta Sa sau punând, în chip văzut şi material, înaintea privirii făpturilor Sale raţionale, lucrările şi desăvârşirile Sale nevăzute şi nemateriale.

De aceea, pe de o parte, preaînţeleptul Solomon spune că *din mărimea şi frumuseţea făpturilor, după socoteală se cunoaşte Făcătorul lor* (Înţel. 13, 5), iar pe de altă parte, fericitul apostol Pavel adevereşte că *cele nevăzute ale Lui de la zidirea lumii, din făpturi socotindu-se, se văd, şi veşnică puterea Lui şi dumnezeirea* (Rom. 1, 20). În lumea lui Dumnezeu avem pe de-o parte făpturile lui Dumnezeu, preaînţelept alcătuite, iar pe de altă parte oamenii, dăruiţi cu puterea raţiunii, cu scopul ca ei, cu puterea raţiunii lor, privind la făpturi şi văzând în zidirea şi alcătuirea lor o înţelepciune fără de margini, să se suie la cunoaşterea şi contemplarea Cuvântului ipostatic Cel mai înainte de veci, prin Care toate s-au făcut (In. 1, 3). Şi noi în chip firesc din lucrări cunoaştem pe Cel ce lucrează, aşa încât trebuie doar să judecăm drept şi sănătos, ca întru creaţie să aflăm credinţa şi în zidire să vedem pe Ziditorul Dumnezeu.

CAPITOLUL 22

Despre faptul că aceleaşi obiecte simţite, despre care am vorbit, devin mijloace şi unelte pentru buna ocârmuire a simţurilor noastre, dacă de la ele vom trece la gândirea despre întruparea lui Dumnezeu Cuvântul şi despre tainele vieţii, pătimirii şi morţii Lui

Mai sus ţi-am arătat cum putem să ne ridicăm mintea noastră de la lucruri simţite la contemplarea lui Dumnezeu. Acum învaţă-te un alt mijloc de înălţare a minţii tale de la cele ale simţurilor la cele dumnezeieşti şi anume, prin trecerea de la ele la cugetarea despre întruparea lui Dumnezeu Cuvântul şi despre preasfintele taine ale vieţii, pătimirii şi morţii Lui. Toate lucrurile simţite ale lumii acesteia pot să servească drept prilej pentru o astfel de cugetare şi contemplare, dacă, după ce priveşti la ele, cugeţi, precum am spus mai sus, că Dumnezeul cel Preaînalt este prima cauză a fiinţării lor şi a tot ce este în ele – puteri, desăvârşiri, lucrări, rang între celelalte făpturi – şi apoi te gândeşti cât de mare şi nemăsurată se arată bunătatea acestui Dumnezeu atunci când El, fiind singurul început al fiecărei fiinţe create, a dorit să Se pogoare la atâta smerenie şi micşorare, încât să Se facă om, să pătimească şi să moară pentru oameni, îngăduind chiar lucrului propriilor Sale mâini să se întrarmeze împotriva Sa şi să-L răstignească.

Şi astfel, când vezi, sau auzi, sau atingi arme, frânghii, bice, stâlpi, ramuri de spin, cuie, ciocane sau altele asemenea, gândeşte-te în mintea ta că toate acestea au fost oarecând unelte de tortură pentru Domnul tău.

Când vezi case sărace sau trăieşti într-o astfel de casă, adu-ţi aminte de peştera şi ieslea în care Domnul Tău S-a născut ca om. Când vezi că plouă, aminteşte-ţi de picăturile de sânge şi sudoare care au picurat din

trupul dumnezeiesc al preadulcelui Iisus în grădina Ghetsimani şi au adăpat pământul. Când vezi marea şi corăbiile de pe ea, aminteşte-ţi că Dumnezeul tău a mers cândva pe ape şi, stând în corabie, a învăţat poporul. Pietrele pe care le vezi să-ţi aducă aminte de pietrele care s-au despicat în clipa morţii Domnului tău, iar pământul pe care mergi să-ţi amintească de cutremurul care a urmat după patimile lui Hristos.

Soarele să-ţi aducă aminte de acel întuneric care l-a întunecat atunci. Apa să-ţi amintească de acea apă care a curs împreună cu sânge din coasta dumnezeiască a Domnului, atunci când soldatul L-a străpuns pe Cruce. Când bei vin sau o altă băutură, gândeşte-te la oţetul şi fierea cu care L-au adăpat pe Domnul tău pe Cruce.

Când te îmbraci, aminteşte-ţi cum Cuvântul cel mai înainte de veci S-a îmbrăcat cu trup omenesc, ca pe tine să te îmbrace cu dumnezeirea Sa. Văzându-te pe tine îmbrăcat, gândeşte-te la Domnul Hristos, Care a binevoit să fie dezbrăcat pentru a fi biciuit şi răstignit pe cruce pentru tine. Dacă vreo voce ţi se pare dulce şi atrăgătoare, mută această atracţie către Mântuitorul tău, pe buzele Căruia s-au revărsat tot harul şi dulceaţa, precum se cântă în psalmi: *revărsatu-s-a har pe buzele Tale* (Ps. 44, 3), şi din pricina dulceţii limbii Lui, poporul Îl urma întotdeauna, nevrând să se despartă de ascultarea cuvintelor Lui, după cum mărturiseşte Sfântul Evanghelist Luca, zicând: *tot poporul se ţinea după El, ascultându-L* (Lc. 19, 48). Când auzi zgomotul şi strigările poporului, gândeşte-te la acele ţipete fără de lege ale iudeilor: *Ia-L! Ia-L! Răstigneşte-L* (In. 19, 15), cu care au fost copleşite atunci urechile Domnului. Când vezi vreo faţă frumoasă, adu-ţi aminte cum Cel ce a fost *împodobit cu frumuseţea mai mult decât fiii oamenilor* (Ps. 44, 3), Domnul Iisus Hristos, pentru dragostea ce o

are către tine, S-a arătat pe Cruce *neavând chip, nici frumusețe, mai disprețuit decât toți oamenii* (Is. 53, 2-3). De fiecare dată când bate ceasul, să-ți aduci aminte de acea întristare a inimii care L-a cuprins pe Domnul Iisus atunci când în grădina Ghetsimani a început a Se înfricoşa de ceasul patimii şi al morții ce se apropia; sau gândeşte-te că auzi acele lovituri de ciocan ce se auzeau când Îl pironeau pe Domnul pe Cruce. Şi, îndeobşte, la orice pricină de mâhnire ce va veni asupra ta sau a altora, ține minte că orice întristare, durere sau pătimire a noastră nu este nimic față de dureroasele chinuri şi răni care au lovit trupul şi sufletul Domnului în vremea patimilor pe care le-a suferit pentru mântuirea noastră.

CAPITOLUL 23

Cum să treci de la impresiile simțurilor la învățăminte de suflet ziditoare

Când vezi lucruri frumoase la vedere şi prețuite pe pământ, socoteşte că toate acelea sunt nimic şi ca nişte gunoi față de frumusețile şi bogățiile Cerului, pe care fără de îndoială le vei dobândi după moarte, dacă vei defăima toată lumea.

Întorcându-ți privirea ta către soare, gândeşte-te că sufletul tău este mult mai luminos şi mai frumos decât acela, dacă se află în harul Făcătorului său; iar dacă nu, atunci este mai întunecat şi mai urât decât întunericul cel mai de dedesubt.

Privind cu ochii tăi la cer, îndreptează-ți ochii sufletului tău la Cerul cel mai înalt, de dincolo de cer, şi alipeşte-ți gândul tău de el, căci el îți este pregătit ca sălaş preabinecuvântat în veşnicie, dacă vei viețui aici pe pământ fără de păcat şi în sfințenie.

Auzind trilurile păsărilor din copaci în vremea primăverii şi alte cântări armonioase, înalță-ți mintea la

cele mai dulci cântări ale raiului şi cugetă că acolo răsună neîncetat *Aliluia* şi alte slavoslovii îngereşti, şi roagă-te lui Dumnezeu să te învrednicească a-I cânta Lui totdeauna, împreună cu acele duhuri cereşti, despre care scrie în Apocalipsă: *şi după acestea am auzit glas mare de mulţime multă în Cer, zicând Aliluia! Mântuirea şi slava şi cinstea şi puterea Domnului Dumnezeului nostru* (Apoc. 19, 1).

Când simţi că eşti atras de frumuseţea cuiva, adu-ţi aminte că sub acea frumuseţe atrăgătoare se ascunde şarpele iadului, gata să te ucidă sau măcar să te rănească, şi zi-i lui: „Ah, şarpe blestemat! Iată tu stai aici ca un hoţ, căutând să mă înghiţi! Degeaba te osteneşti, că Domnul este ajutorul meu!". Iar apoi, întorcându-te către Dumnezeu, zi: „Binecuvântat eşti, Dumnezeul meu, că mi-ai descoperit mie pe vrăjmaşul meu cel ascuns şi nu m-ai dat spre vânarea dinţilor lui!" (Ps. 123, 5). Apoi aleargă, ca la un loc de scăpare mântuitor, la rănile Celui Răstignit pentru noi, socotind cât a suferit Domnul nostru Iisus Hristos cu preasfântul Său trup şi rugându-te Lui ca să te slobozească de păcat şi să sădească în tine ura faţă de patimile trupeşti.

Îţi mai amintesc de un lucru, care să-ţi fie ca o armă cu care să respingi ademenirile frumuseţii trupeşti, şi anume: când aceasta te tulbură, grăbeşte-te să-ţi adânceşti bine mintea întru a cugeta la ce va fi după moarte acea făptură care acum te atrage atât de mult? Putreziciune plină de duhoare şi viermi.

Când mergi undeva, la fiecare pas şi călcătură a picioarelor tale, gândeşte-te că astfel te apropii de mormânt. De asemenea, văzând păsări zburând în văzduh sau râuri rostogolindu-şi repede apele lor, gândeşte-te că mult mai repede zboară viaţa ta, grăbindu-se spre sfârşitul ei.

Când se ridică vânturi furtunoase și încep să răsune tunete cutremurătoare și să lumineze fulgere orbitoare pe cerul acoperit de nori întunecoși, atunci amintește-ți de ziua cea înfricoșată a Judecății și, plecându-ți genunchii, închină-te Domnului Dumnezeului tău și roagă-te Lui să-ți dea vreme și har să te pregătești bine, ca să poți sta fără de rușine înaintea feței slavei Lui celei înfricoșătoare.

Când ți se întâmplă felurite neplăceri, nu uita nici atunci să-ți deprinzi mintea ta cu gânduri ziditoare pricinuite de ele, dar mai cu seamă fă astfel: ridică-te la contemplarea atotproniatoarei voi a lui Dumnezeu și străduiește-te să te încredințezi că preabuna înțelepciune și voia cea dreaptă a lui Dumnezeu au încuviințat, pentru binele și mântuirea ta, ca tu să pătimești acestea pe care le pătimești acum și în acea măsură în care le pătimești. Deci bucură-te de dragostea pe care ți-o arată Dumnezeu și pentru că îți dă prilejul să arăți cu câtă râvnă și dragoste te supui voii Lui întru toate cele pe care a binevoit să ți le trimită, și zi din inimă: „Iată se împlinește asupra mea voia lui Dumnezeu, Care din veac a rânduit cu dragoste ca eu să sufăr această neplăcere, sau necaz, sau pierdere, sau învinuire neîntemeiată! Fie binecuvântat numele preabunului meu Stăpân!”.

Când îți va veni în mintea ta vreun gând bun, întoarce-te către Dumnezeu și, cunoscând că El ți l-a trimis, mulțumește-I Lui.

Când te ocupi cu citirea cuvântului lui Dumnezeu, închipuiește-ți că Dumnezeu este prezent în chip tainic în fiecare cuvânt, și primește aceste cuvinte ca și cum ar ieși din dumnezeiasca Lui gură.

Dacă atunci când soarele împărățește pe cer, vezi că vine întunericul și îi întunecă lumina, precum se întâmplă în timpul eclipselor, întristează-te și roagă-te lui Dumnezeu, ca să nu te lase să cazi întru întunericul cel mai dinafară.

Privind la Cruce, ţine minte că aceasta este steagul luptei noastre duhovniceşti, în care este ascunsă o putere atotbiruitoare, şi că dacă te vei depărta de ea, vei cădea în mâinile vrăjmaşilor tăi, iar dacă vei rămâne sub ea, vei ajunge la cer şi vei intra în el cu biruinţă preaslăvită.

Când vezi icoana Preasfintei Născătoare de Dumnezeu, îndreaptă-ţi inima spre dânsa, Împărăteasa Cerului, şi mulţumeşte-i că s-a arătat atât de pregătită să se supună voii lui Dumnezeu, că a născut, a alăptat şi a crescut pe Izbăvitorul lumii, şi că, în războiul nostru nevăzut, mijlocirea şi ajutorul ei pentru noi nu se împuţinează niciodată.

Icoanele sfinţilor să arate minţii tale câţi mijlocitori ai către Dumnezeu, care se roagă totdeauna pentru tine, şi câţi tovarăşi de luptă ai în neîncetatul tău război, care, luptându-se ei înşişi cu bărbăţie toată viaţa cu vrăjmaşii şi biruindu-i, şi ţie ţi-au deschis şi ţi-au arătat calea, pe care trecând-o şi tu viteJeşte cu ajutorul lor, te vei încununa împreună cu ei cu cununile biruinţei întru veşnica slavă cerească.

Când vezi o biserică, atunci, printre alte gânduri mântuitoare, aminteşte-ţi că şi sufletul tău este o biserică a lui Dumnezeu, după cum este scris: *Voi sunteţi biserica Dumnezeului Celui viu* (II Cor. 6, 16), şi se cade să-ţi păzeşti sufletul curat şi fără de prihană.

De fiecare dată când auzi clopotele, adu-ţi aminte de închinăciunea îngerului, adică „Născătoare de Dumnezeu, Fecioară, bucură-te...", şi trezeşte în tine următoarele gânduri şi simţiri: mulţumeşte lui Dumnezeu pentru acea vestire pe care a trimis-o din Cer pe pământ şi care a fost începutul mântuirii noastre; bucură-te împreună cu Pururea Fecioara Maria pentru acea mărire mai presus de fire la care s-a înălţat pentru preaadânca ei smerenie; închină-te împreună cu ea, Preafericita Maică,

şi cu arhanghelul Gavriil, dumnezeiescului ei Prunc, Care chiar în acea clipă S-a zămislit în preasfântul ei pântece. Vei face bine dacă vei repeta adesea această cântare în cursul zilei, însoţind-o şi cu simţirile ce le-am arătat. Fă-ţi o regulă neabătută din a o repeta de trei ori pe zi: dimineaţa, la amiază şi seara.

Şi, ca să spun pe scurt, fii totdeauna priveghetor şi luând aminte spre a-ţi ocârmui simţurile tale şi niciodată nu îngădui ca cele primite prin ele să-ţi stârnească şi să-ţi hrănească patimile. Ci dimpotrivă, foloseşte-te de ele în aşa fel încât acestea să nu te abată nici cât un fir de păr de la hotărârea ta ca în toată vremea şi în tot lucrul să te arăţi bineplăcut lui Dumnezeu sau să fii călăuzit de voia Sa. Iar pentru aceasta, în afară de mutarea gândurilor de la cele simţite la cele duhovniceşti, pe care am arătat-o mai sus, cel mai mult poate ajuta mica regulă amintită în primele capitole: de nimic să nu fii atras sau să nu te îngreţoşezi de îndată, ci să hotărăşti cu judecată neclintită şi categorică cum trebuie să te comporţi faţă de impresiile simţurilor în situaţia dată, pentru ca aceasta să fie după voia lui Dumnezeu, pe care o cunoaştem din poruncile Lui.

Vreau să mai adaug că exemplele arătate de mine, pentru întoarcerea simţurilor spre folosul duhovnicesc, nu ţi le-am înfăţişat ca să te îndeletniceşti neîncetat cu ele. Nu, ci trebuie să-ţi aduni mintea necontenit în inima ta, ca să stai acolo împreună cu Domnul tău, avându-L atât drept îndrumător, cât şi ca ajutător ca să biruieşti pe vrăjmaşii tăi şi patimile tale fie prin împotrivire lăuntrică directă, fie prin lucrarea virtuţilor opuse lor. Ceea ce am spus a fost doar pentru a cunoaşte aceste metode şi a te folosi de ele când este necesar. De altfel, nu poate fi tăgăduit faptul că este foarte folositor pentru scopurile luptei noastre să acoperim toate lucrurile simţite, care ne înconjoară, cu un anume acoperământ duhovnicesc.

CAPITOLUL 24

Sfaturi generale pentru folosirea simțurilor

Îmi mai rămâne să îți înfățișez regulile generale pentru folosirea simțurilor din afară, pentru ca impresiile lăsate de ele să nu dărâme clădirea noastră duhovnicească. Deci ascultă!

a) Mai mult decât orice, fratele meu, cu toate puterile ține în frâu tâlharii tăi cei răi și grabnici – ochii tăi – și nu le îngădui deloc să iscodească cu curiozitate fețele femeilor, dacă sunt frumoase sau nu, precum nici fețele bărbaților, mai ales ale celor tineri și fără barbă. De asemenea, nu le îngădui să privească la trupuri goale, nu numai ale altora, dar nici măcar la al tău. Căci de la o astfel de curiozitate și iscodire pătimașă ușor se poate naște în inimă pofta îndulcirii pătimașe a desfrânării, care nu este fără de vină, după cum a zis Domnul: *Tot cela ce caută la femeie spre a o pofti pe ea, a și preacurvit cu dânsa întru inima sa* (Mat. 5, 28). Și dintre cei înțelepți unul a scris: „Din privire se naște dorirea". De aceea și Solomon, prevenindu-ne în legătură cu primejdia înrobirii prin ochi și a rănirii cu pofta frumuseții, ne dă următoarea lecție: *Fiule, să nu te biruiască pofta frumuseții, nici să fii vânat cu ochii tăi, nici să te înșele genele ei* (Pild. 6, 25). Iată și pilde de urmări distrugătoare ale privirii neînfrânate a ochilor: fiii lui Dumnezeu, urmașii lui Set și Enoh, au fost atrași de fiicele lui Cain (vezi Fac., cap. 6); Sihem, fiul lui Emor din Sihem, văzând-o pe Dina, fiica lui Iacov, a căzut cu ea (vezi Fac., cap. 34); Samson a fost robit de frumusețea Dalilei (vezi Jud., cap. 16); David a căzut după vederea Virsaviei (vezi II Împ., cap. 11); doi bătrâni, judecători ai poporului, și-au pierdut capul văzând frumusețea Susanei (vezi Ist. Susanei).

Păzeşte-te de asemenea să nu-ţi pironeşti privirea asupra mâncărurilor şi a băuturilor bune, aducându-ţi aminte de strămoaşa noastră Eva, care, privind cu ochi răi la rodul pomului oprit din rai, l-a poftit, l-a luat şi l-a mâncat, aducând moartea peste sine şi peste toţi urmaşii săi. Nu privi cu poftă nici la hainele frumoase, nici la argint şi aur, nici la strălucitoarele veşminte lumeşti, pentru ca să nu intre în sufletul tău patima slavei deşarte şi a iubirii de argint, căci şi David s-a rugat pentru izbăvirea de acestea, zicând: *Întoarce ochii mei să nu vadă deşertăciune* (Ps. 118, 37). Şi îndeobşte îţi spun, păzeşte-te să nu priveşti la hore, dansuri, ospeţe, luxuri, certuri, scandaluri, pălăvrăgeli şi la toate celelalte lucruri necuviincioase şi ruşinoase, pe care lumea fără de minte le iubeşte, iar legea lui Dumnezeu le opreşte. Fugi şi închide-ţi ochii de la toate acestea, ca să nu se umple inima ta de mişcări pătimaşe, iar închipuirea cu feţe de ruşine, şi ca să nu se stârnească în tine răscoală şi război împotriva ta, întrerupând nevoinţa neîncetată pe care trebuie să o duci întotdeauna împotriva patimilor tale. Însă să iubeşti să cercetezi bisericile şi să priveşti la sfinte icoane, la cărţi sfinte, la morminte, la cimitire şi la toate celelalte lucruri cuvioase şi sfinte, a căror privire poate lucra mântuitor asupra sufletului tău.

b) Ţi se cuvine, de asemenea, să-ţi păzeşti şi urechile. Şi în primul rând nu asculta cuvinte, cântări şi muzici ruşinoase şi aţâţătoare, de la care sufletul se umple de mofturi şi se înmoaie, iar inima se aprinde de pofta trupească; căci este scris: *întoarce de la tine cuvintele de ocară* (rele) (Pild. 27, 11).

În al doilea rând, nu asculta cuvinte de senzaţie şi de râs, poveşti născocite şi deşarte, iar dacă eşti nevoit să le asculţi, nu te îndulci cu ele şi nu le încuviinţa. Nu se cuvine creştinilor să-şi găsească plăcerea în astfel de

cuvinte, ci numai acelor oameni răzvrătiţi despre care Sfântul Apostol Pavel spunea că: *îşi vor alege învăţători, gâdilându-i la urechi; şi de la adevăr auzul îşi vor întoarce, iar la basme se vor pleca* (II Tim. 4, 3-4).

În al treilea rând, nu asculta cu plăcere judecarea altora, bârfa şi clevetea1a, pe care unii le răspândesc despre cei apropiaţi ai lor, ci fie curmă-le, dacă poţi, fie îndepărtează-te, ca să nu le auzi. Căci Sfântul Vasile cel Mare îi consideră vrednici de afurisire atât pe osânditori şi pe clevetitori, cât şi pe cei care îi ascultă, neîncercând să-i oprească.

În al patrulea rând, nu asculta cuvinte deşarte şi fără de folos, în care îşi petrece timpul marea parte a celor iubitori de lume, şi nu te îndulci cu ele. Căci în Lege este scris: *să nu primeşti cuvânt deşert* (Ieş. 23, 1). Şi Solomon a spus: *Cuvântul deşert şi mincinos depărtează-l de la mine* (Pild. 30, 8). Iar Domnul a spus: *Deci grăiesc vouă: că pentru orice cuvânt deşert care vor grăi oamenii, vor să dea seamă de dânsul în ziua judecăţii* (Mat. 12, 36).

În al cincilea rând, în sfârşit, păzeşte-te îndeobşte de ascultarea oricăror vorbe şi cuvântări care pot vătăma sufletul tău, între care nu ultimul loc îl ocupă linguşirile şi laudele linguşitorilor, după cum a spus Isaia: *Poporul meu, cei ce vă fericesc pe voi vă linguşesc şi cărarea picioarelor voastre o strică* (Is. 3, 11). Dar iubeşte să asculţi cuvintele dumnezeieşti, sfintele cântări şi psalmii şi tot ce este bun, sfânt, înţelept şi de suflet folositor; şi îndeosebi iubeşte să asculţi ocările şi învinuirile, când cineva te împroaşcă cu ele.

c) Păzeşte mirosul tău de orice fel de parfumuri care tulbură şi pot să stârnească gânduri şi mişcări trupeşti. Nu le folosi, nu te unge cu ele şi nu le mirosi cu poftă şi fără măsură. Toate acestea sunt năravuri ale

femeilor rele, iar nu ale bărbaţilor iubitori de înţelepciune, deoarece prin acestea slăbeşte bărbăţia sufletului şi se stârnesc patimile şi poftele trupeşti, care pot duce chiar şi la cădere, aşa încât pentru cei ce folosesc aceste parfumuri aţâţătoare adeseori se împlinesc ameninţările proroceşti, care zic: *Vai... celor ce cu mirurile cele mai de frunte se ung* (cf. Am. 6, 1, 6). *Va fi vouă în locul mirosului celui frumos putoare* (cf. Is. 3, 23).

d) Păzeşte-ţi gustul şi pântecele tău, ca să nu fie robite de feluritele bucate dulci şi grase, şi de băuturile aromate care înfierbântă. Căci strădania de a dobândi tot ce este de trebuinţă pentru mesele acestea desfătate te poate duce la minciuni, la înşelăciuni, până şi la hoţii şi încă la multe alte patimi înrobitoare şi răutăţi, iar când le-ai dobândit şi te îndulceşti cu ele, te pot arunca în prăpastia dulceţilor trupeşti şi a poftelor dobitoceşti ce obişnuiesc să lucreze sub pântece. Şi vei cădea atunci sub osândirile prorocului Amos: *Vai... celor ce mănâncă iezi din turme şi viţei sugători din mijlocul cirezilor... celor ce beau vinul strecurat* (Am. 6, 1, 4, 6).

e) Păzeşte-te să nu apuci, să nu strângi şi să nu îmbrăţişezi cu mâinile tale nu numai un trup străin, de femeie sau de bărbat, bătrân sau tânăr, dar nici chiar trupul tău, şi mai ales, dacă nu este de neapărată trebuinţă, nu te atinge de anumite mădulare. Căci cu cât este mai liberă această atingere, cu atât mişcarea poftei trupeşti va fi mai simţită şi mai vie şi va atrage omul mai nestăvilit spre însuşi păcatul cu fapta. Toate celelalte simţuri înlesnesc mişcarea poftei şi într-un anume fel ajută de departe la pregătirea păcatului; dar când ajunge cineva să pipăie ceea ce nu trebuie să atingă, atunci deja îi va fi foarte greu să se oprească de la păcat.

De ispitele pipăitului ţine şi găteala capului, hainele şi încălţămintea. De aceea fereşte-te să-ţi împodobeşti trupul tău cu haine moi, în multe culori şi

strălucitoare, sau să-ţi acoperi capul cu lucruri de mare preţ, sau să foloseşti încălţăminte scumpă. Toate acestea sunt obiceiuri femeieşti, nepotrivite bărbaţilor. Ci să porţi numai lucruri cuviincioase şi smerite, care împlinesc nevoia de a păzi trupul de frigul iernii şi de arşiţa verii, ca să nu auzi şi tu ceea ce a auzit bogatul care se îmbrăca în porfiră şi vison: *adu-ţi aminte că ai luat cele bune ale tale în viaţa ta* (Lc. 16, 25), şi ca să nu vină peste tine ameninţarea prorocului Iezechiel, care a dat o astfel de judecată asupra oamenilor de acest fel: vor ajunge acolo, că ei înşişi *îşi vor lua cununile de pe capetele lor şi de îmbrăcămintea lor cea pestriţă se vor dezbrăca* (Iez. 26, 16).

Tot aici se includ şi toate celelalte odihniri ale trupului, precum sunt: scăldările şi îmbăierile dese, casele peste măsură de strălucite, covoarele moi, mobila scumpă, paturile luxoase şi lăfăiala în ele. Să te păzeşti de toate acestea ca de unele ce sunt vătămătoare pentru întreaga ta înţelepciune şi pricini imediate ale stârnirii mişcărilor necurate şi ale pornirilor spre pofte şi fapte trupeşti, ca să nu moşteneşti vaiul cu care ameninţă prorocul Amos: *Vai... celor ce dorm în paturi din fildeş şi se răsfaţă întru aşternuturile lor* (vezi Am. 6, 1, 4).

Toate acestea pe care ţi le-am spus acum sunt acel pământ pe care şarpele cel ispititor a fost osândit să-l mănânce şi toate acestea sunt hrana cu care se hrănesc patimile noastre trupeşti. De aceea, dacă vei dispreţui aceste deşertăciuni nevrednice de luat în seamă şi te vei înarma cu bărbăţie împotriva lor şi nu vei lăsa nimic de felul acesta să intre prin simţuri în sufletul şi în inima ta, atunci te încredinţez că vei risipi cu uşurinţă toată puterea diavolului şi a patimilor, nelăsându-le hrană cu care s-ar putea hrăni în tine, şi, în puţină vreme, te vei arăta un viteaz biruitor în războiul nevăzut.

La Iov este scris că furnicoleul a pierit fiindcă nu avea nimic de mâncare; *furnicoleul a pierit neavând mâncare* (Iov 4, 11). Acest furnicoleu închipuie pe diavol, vrăjmaşul nostru de totdeauna, care fuge de la omul care, respingând şi înfrânând toate mişcările pătimaşe stârnite de impresiile simţurilor din afară, nu-i dă cu ce să se hrănească. După cum spune un anume călugăr Iovie în cartea *Biblioteca* a Patriarhului Fotie, diavolul se aseamănă furnicoleului prin aceea că întotdeauna începe să-l ducă la pierzare pe om aruncându-l întâi în păcate mici, cât o mică furnică, iar apoi, după ce l-a obişnuit cu aceste păcate mici, îl aruncă şi în cele mai mari. Şi încă şi prin aceea este asemenea unui furnicoleu, pentru că la început pare fără de putere şi mic, precum o furnică, iar apoi se arată ca un uriaş puternic, asemenea unui leu mare.

CAPITOLUL 25

Despre cum să ocârmuim limba

Cea mai mare trebuinţă care ne stă în faţă este de a ne ocârmui limba cum se cuvine şi a o înfrâna. Cea care mişcă limba este inima; căci cele ce umplu inima se revarsă prin limbă. Însă şi viceversa, simţământul din inimă, revărsându-se prin limbă, se întăreşte şi se înrădăcinează în inimă. De aceea limba are o parte însemnată în formarea caracterului nostru.

Simţămintele bune sunt tăcute. Mai mult simţămintele egoiste sunt cele care caută să se manifeste prin cuvinte, pentru a exprima ceea ce măguleşte iubirea noastră de sine şi ceea ce ne poate arăta pe noi, după cum ni se pare, în lumina cea mai bună. De cele mai multe ori, multa vorbire îşi are obârşia într-o anumită trufaşă părere de sine, care ne face să credem că ştim

foarte multe şi că părerea noastră despre subiectul conversaţiei este cea mai potrivită dintre toate, aşa încât simţim nevoia de nestăpânit de a o exprima şi de a o întipări şi în inimile celorlalţi, folosind bogate cuvinte cu multe repetări, arătându-ne astfel înaintea lor ca dascăli nepoftiţi şi uneori visând să-i avem drept ucenici pe unii care înţeleg lucrurile mult mai bine decât învăţătorul lor.

Însă ceea ce am spus se referă la situaţiile în care subiectele discuţiei sunt mai mult sau mai puţin vrednice de luare aminte. Dar cel mai adesea multa vorbire este sinonimă cu vorbirea în deşert, iar în acest caz nu pot fi găsite cuvinte potrivite care să exprime relele care iau naştere din acest obicei urât. În general, multa vorbire deschide porţile sufletului, prin care căldura evlaviei inimii îndată se risipeşte, însă cu atât mai mult face aceasta vorbirea deşartă. Multa vorbire abate atenţia omului de la sine, şi în inimă, care rămâne astfel nepăzită, încep să se strecoare obişnuitele înţelegeri şi dorinţe ale patimilor, uneori cu atâta succes, încât atunci când se termină vorbirea deşartă, în inimă se arată nu numai învoirea, ci şi hotărârea pentru faptele pătimaşe. Vorbirea deşartă este poarta către judecată şi clevetire, răspânditoarea zvonurilor şi părerilor false, semănătoarea vrajbelor şi certurilor. Ea înăbuşă gustul pentru ostenelile mintale şi aproape întotdeauna serveşte drept paravan care ascunde lipsa cunoştinţelor temeinice. După multa vorbire, când se risipeşte fumul mulţumirii de sine, întotdeauna rămâne un simţământ de întristare şi de lenevire. Oare aceasta nu este o mărturie pentru faptul că sufletul, chiar fără să vrea, se recunoaşte pe sine că a fost prădat?

Apostolul Iacob, vrând să arate cât de greu este celui vorbăreţ să se înfrâneze de la a spune ceva nefolositor, greşit şi vătămător, a spus că ţinerea limbii între limitele cuvenite este proprie numai bărbaţilor

desăvârşiţi: *De nu greşeşte cineva în cuvânt, acesta este bărbat desăvârşit, puternic a-şi înfrâna şi tot trupul* (Iac. 3, 2). Căci, după ce limba va începe a grăi pentru plăcerea ei, aleargă în vorbă precum un cal neînfrânat şi trânteşte nu numai cele bune şi cuviincioase, ci şi cele nebune şi vătămătoare. De aceea apostolul o numeşte *neţinută răutate, plină de otravă aducătoare de moarte* (Iac. 3, 8). Pentru aceea cu un glas şi Solomon încă dinainte a zis că: *din multa vorbire nu vei scăpa de păcat* (Pild. 10, 20). Şi, ca să o spunem cuprinzător, împreună cu Ecclesiastul, cel care vorbeşte mult îşi arată nebunia sa, pentru că de obicei numai *cel nebun înmulţeşte cuvinte* (Eccl. 10, 14).

Să nu te întinzi la lungi convorbiri cu cel care nu te ascultă cu inimă bună, pentru a nu-l plictisi şi a nu-l face să te urască, precum este scris: *cel ce înmulţeşte cuvintele, se va face urât tuturor* (Sir. 20, 7). Păzeşte-te să vorbeşti cu asprime sau cu mare glas, căci amândouă sunt foarte nesuferite şi îi fac pe ceilalţi să presupună că eşti stăpânit de slavă deşartă şi ai o părere foarte înaltă despre tine. Niciodată să nu vorbeşti despre tine însuţi, despre problemele tale sau despre rudele tale, decât atunci când este nevoie, dar şi atunci vorbeşte cât mai pe scurt şi în cât mai puţine cuvinte posibil. Când vezi că alţii vorbesc peste măsură despre ei înşişi, sileşte-te să nu te asemeni lor, chiar dacă cuvintele lor s-ar arăta smerite şi defăimătoare de sine. Iar în ceea ce priveşte aproapele tău şi problemele lui, nu refuza a vorbi despre acestea, dar întotdeauna vorbeşte cât poţi de scurt, chiar şi acolo şi atunci, unde şi când este nevoie pentru binele lui.

Stând de vorbă, adu-ţi aminte şi străduieşte-te să împlineşti învăţătura Cuviosului Talasie, care spune: „Din cele cinci chipuri ale vorbirii cu alţii foloseşte trei cu dreaptă socoteală şi fără frică, al patrulea foloseşte-l

rar, iar de al cincilea depărtează-te cu totul". Unul dintre scriitori le înțelege pe primele trei astfel: „da", „nu", „bineînțeles" sau „evident"; prin al patrulea înțelege cele cu îndoială; iar prin al cincilea, cele cu totul necunoscute. Adică: despre ce știi sigur că este adevărat sau fals și este evident de la sine, despre aceea vorbește cu hotărâre, zicând că este adevărat sau fals, sau evident; despre ce este cu îndoială, mai bine nu vorbi nimic, iar când este nevoie, vorbește ca despre un lucru cu îndoială, fără a hotărî dinainte pentru el; iar despre cel ce îți este necunoscut nu vorbi deloc. Altul a zis: avem cinci feluri de vorbire: vocativ, când chemăm pe cineva; întrebător, când întrebăm; doritor sau rugător, când dorim sau cerem; hotărâtor, când ne arătăm părerea hotărât despre ceva; și poruncitor, când poruncim cu stăpânire și autoritate. Dintre acestea cinci primele trei folosește-le întotdeauna liber; al patrulea cât mai puțin posibil; iar al cincilea deloc.

Despre Dumnezeu vorbește cu toată dorirea ta, mai ales despre dragostea și bunătatea Lui; însă cu frică, gândindu-te ca nu cumva să greșești și în aceasta, zicând ceva necuvenit despre dumnezeire și tulburând inimile simple ale ascultătorilor. De aceea, mai bine iubește a lua aminte la vorbirea altora despre aceasta, adunând cuvintele lor întru vistieria cea mai dinăuntru a inimii tale.

Însă când ei vorbesc despre altceva, numai răsunetul glasului să atingă auzul tău, iar gândul să nu ajungă la minte, care să stea neclintit îndreptată spre Dumnezeu. Chiar și când este nevoie a-l asculta pe cel ce vorbește, ca să înțelegi despre ce este vorba și să-i dai răspunsul cuvenit, nici atunci nu uita să-ți înalți ochiul minții la cer, unde este Dumnezeul tău, gândindu-te la măreția Lui și la faptul că El te vede totdeauna, privindu-te fie cu bunăvoință, fie cu nemulțumire, potrivit celor ce

se găsesc în gândurile din inima ta, în cuvintele, mişcările şi lucrurile tale.

Când trebuie să vorbeşti, cercetează bine dinainte cele ce-ţi vin în inimă pentru a le grăi, mai înainte ca ele să treacă pe limbă, şi vei afla că multe dintre acestea este mai bine să nu-ţi iasă din gură. Dar să mai ştii că şi dintre acelea care ţi se par vrednice de spus, unele este mult mai bine să rămână îngropate în mormântul tăcerii. Uneori tu însuţi îţi vei da seama de aceasta după sfârşitul convorbirii.

Tăcerea este o mare putere în războiul nostru nevăzut şi o nădejde temeinică pentru dobândirea biruinţei. Tăcerea este foarte iubită de cel ce nu se încrede în sine, ci nădăjduieşte numai în Dumnezeu. Ea este păzitoarea sfinţitei rugăciuni şi ajutor minunat în deprinderea virtuţilor, şi totodată semn de înţelepciune duhovnicească. Cuviosul Isaac spune că: „paza limbii nu numai că face mintea să se ridice către Dumnezeu, ci dăruieşte în taină şi o tărie mare pentru săvârşirea lucrurilor lucrate prin trup la arătare, şi de asemenea luminează şi întru lucrarea cea ascunsă, dacă cineva păstrează tăcerea cu înţelegere". În alt loc el o laudă astfel: „Dacă vei pune într-o parte toate lucrurile vieţii acesteia (pustniceşti), şi în cealaltă tăcerea, vei afla că ea atârnă mai greu în cumpănă. Multe sunt sfaturile oamenilor, dar când cineva se va apropia de tăcere, îi va fi de prisos păzirea lor". Încă în alt loc el numeşte tăcerea: „taina veacului viitor", „cuvintele însă – zice – sunt uneltele lumii acesteia". Iar Sfântul Varsanufie cel Mare o aşază mai sus decât teologhisirea, zicând: „Dacă tu eşti gata-gata să vorbeşti despre Dumnezeu, să ştii că tăcerea este mai vrednică de mirare şi slavă". De aceea, chiar dacă unul tace pentru că nu are ce spune (vezi Sir. 20, 6), altul pentru că aşteaptă vremea potrivită pentru a

vorbi (idem), iar altul din alte pricini, după cum spune avva Isaac – „pentru slava omenească, sau pentru fierbinţeala râvnei faptei bune, sau pentru că înăuntrul său are o convorbire dumnezeiască şi mintea îi este atrasă spre aceea" –, însă în general se poate spune că cel ce este tăcut, acela se arată că este priceput şi înţelept (vezi Sir. 19, 28; 20, 5).

Pentru a te obişnui cu tăcerea îţi voi arăta cel mai drept şi mai simplu mijloc: apucă-te de lucrarea aceasta şi ea însăşi te va învăţa cum să o faci şi te va ajuta. Iar pentru a-ţi păstra osârdia în astfel de osteneală, cugetă mai des la urmările păgubitoare ale vorbirii la întâmplare şi urmările mântuitoare ale tăcerii înţelepte. Când vei ajunge să guşti din roadele mântuitoare ale tăcerii, atunci nu vei mai avea nevoie de nici o lecţie despre aceasta.

CAPITOLUL 26

Cum să ne îndreptăm imaginaţia şi memoria

După ce am vorbit despre îndreptarea simţurilor noastre din afară, urmează să vorbim acum şi despre cum să ne ocârmuim imaginaţia şi memoria, căci, după părerea aproape a tuturor filosofilor, imaginaţia şi memoria nu sunt altceva decât întipăriri ale tuturor acelor lucruri simţite pe care noi le-am văzut, le-am auzit, le-am mirosit, le-am gustat şi le-am pipăit. Se poate spune că imaginaţia şi memoria sunt o simţire generală dinăuntru, care închipuie şi îşi aduce aminte tot ce a fost perceput mai înainte de cele cinci simţuri din afară. Şi într-un anume fel, simţurile din afară şi lucrurile simţite se aseamănă cu o pecete, iar imaginaţia cu urma lăsată de pecete.

Imaginaţia şi memoria ne-au fost date ca să ne folosim de ele atunci când simţurile noastre din afară se

odihnesc şi când nu avem înaintea noastră acele lucruri simţite care au trecut prin simţurile noastre şi s-au întipărit în ele (în imaginaţie şi memorie). Neavând posibilitatea să avem întotdeauna înaintea noastră lucrurile văzute, auzite, gustate, mirosite sau pipăite de noi, le aducem înaintea cunoştinţei noastre prin mijlocirea imaginaţiei şi memoriei, în care ele s-au întipărit, şi astfel le cercetăm şi le examinăm, ca şi cum ele ar fi de faţă înaintea noastră.

De pildă, ai fost o dată la Smirna, apoi ai plecat de acolo şi acum nu o mai vezi cu simţul cel din afară al ochilor tăi, totuşi, atunci când vrei, îţi închipui Smirna cu simţurile tale dinăuntru, adică cu imaginaţia şi memoria, ţi-o închipui şi iarăşi o cercetezi, aşa cum este, cu înfăţişarea, mărimea şi aşezarea pe care o are. Aceasta nu înseamnă că sufletul tău a ieşit din tine şi a mers la Smirna, cum socotesc unii neînvăţaţi, ci doar că tu singur vezi înăuntrul tău chipul Smirnei, care s-a întipărit în tine.

Această închipuire a lucrurilor simţite aduce multă supărare şi tulburare acelora care râvnesc să petreacă totdeauna cu Dumnezeu, pentru că ea abate atenţia de la Dumnezeu şi o duce la lucruri deşarte, şi chiar la păcate, şi prin aceasta tulbură buna rânduială a stării noastre interioare. Noi pătimim aceasta nu numai când suntem treji, ci şi în vremea viselor, a căror impresie se prelungeşte adesea mai mult de o zi.

Şi fiindcă imaginaţia este o putere iraţională, care lucrează în cea mai mare parte mecanic, după legile îmbinării imaginilor, iar viaţa duhovnicească este chipul desăvârşitei libertăţi, se înţelege de la sine că activitatea ei este incompatibilă cu acest fel de viaţă, aşa încât mă văd obligat să îţi propun câteva observaţii călăuzitoare în această privinţă.

a) Să ştii că precum Dumnezeu este mai presus de toate simţurile şi de tot ceea ce este simţit, mai presus de orice înfăţişare, culoare, mărime şi loc, cu desăvârşire fără chip şi nevăzut şi, deşi este peste tot, dar este mai înalt decât toate, tot aşa El este şi mai presus de orice imaginaţie. „Nici o imaginaţie nu îşi are locul în privinţa lui Dumnezeu, pentru că El este mai presus de orice cuget şi rămâne mai presus de toate" scriu Cuvioşii Ignatie şi Xantopol în Filocalie. De aici rezultă de la sine că imaginaţia este o asemenea putere a sufletului, care prin chiar firea ei nu are capacitatea să intre pe tărâmul unirii cu Dumnezeu.

b) Să ştii că şi Lucifer, primul dintre îngeri, fiind înainte mai presus de orice închipuire nechibzuită şi mai presus de orice formă, culoare sau simţ, ca o minte gânditoare, nematerială, fără de chip şi netrupească, mai apoi, când şi-a închipuit şi şi-a umplut mintea sa cu imagini că ar fi întocmai cu Dumnezeu, a căzut din cea fără de chip, neformăluită, nepătimaşă şi simplu nematerialnică minte întru această multformăluită, multîmpărţită şi groasă închipuire, precum socotesc mulţi teologi. Şi aşa, din înger neformăluit, nematerial, nepătimaş, s-a făcut diavol, oarecum material, cu multe forme şi pătimaş. Însă precum a ajuns el, aşa s-au făcut şi slujitorii săi, toţi demonii, despre care citim la Sfântul Grigorie Sinaitul astfel: „Au fost şi ei oarecând minţi, dar căzând din nematerialitatea şi subţirătatea aceea, fiecare dintre ei a dobândit o oarecare grosime materială, luând trup potrivit cinului, treptei şi lucrării sale, care îl caracterizează. Ca urmare şi ei, precum omul, pierzând bucuria îngerească, s-au lipsit de desfătarea dumnezeiască şi au fost osândiţi să-şi găsească plăcerea în pământ, precum noi, făcându-se cumva materiali prin obişnuinţa cu patimile materiale". De aceea dumnezeieştii Părinţi îl

numesc pe diavol zugrav, şarpe cu multe chipuri, care se hrăneşte cu pământul patimilor, izvoditor de năluciri; şi îi mai dau încă şi alte numiri asemănătoare. Iar cuvântul lui Dumnezeu îl arată ca balaur întrupat, cu coadă, cu coaste, cu gât, nas, ochi, fălci, buze, piele, carne şi alte mădulare de acest fel. Vezi despre aceasta în cartea dreptului Iov, capitolele 40 şi 41. De aici învaţă-te, iubite, că de vreme ce fantezia cea cu multe forme este descoperirea şi născocirea diavolului, ea îi este şi foarte dorită lui şi de folos pentru pierzarea noastră. Sfinţii Părinţi o numesc pe bună dreptate pod, prin care ucigaşii draci intră în suflet, amestecându-se cu el şi făcându-l un stup de trântori, locaş al cugetelor înfricoşătoare, rele şi hulitoare şi al tuturor patimilor celor necurate, sufleteşti şi trupeşti.

c) Să ştii că, potrivit Cuviosului Maxim, marele teolog, şi Adam, cel dintâi zidit, a fost făcut de Dumnezeu fără imaginaţie. Mintea lui curată şi fără de imagini, lucrând ca o minte, nu primea forme sau imagini sub înrâurirea simţurilor sau din imaginile lucrurilor simţite; ci, fără a folosi această putere inferioară a imaginaţiei şi neînchipuindu-şi nici contururi, nici forme, nici măsuri, nici culori ale acestor lucruri, cu puterea superioară a sufletului, adică cu gândul, ea contempla în mod pur, nematerialnic şi duhovnicesc, numai ideile pure ale lucrurilor sau înţelesul lor gândit. Dar ucigaşul de oameni, diavolul, precum el însuşi a căzut visând să fie la fel cu Dumnezeu, aşa l-a făcut şi pe Adam să înceapă să viseze cu mintea sa a fi întocmai cu Dumnezeu şi să cadă chiar prin această închipuire. Şi aşa, din acea viaţă gânditoare, întocmai cu a îngerilor, simplă, cuvântătoare şi neformăluită, a fost aruncat jos în această viaţă simţită, multîmpărţită, multformăluită, afundată în chipuri şi visări, precum starea dobitoacelor

celor necuvântătoare. Căci a fi afundat în imagini sau a vieţui în ele şi sub înrâurirea lor este trăsătura dobitoacelor celor fără de raţiune, iar nu a celor raţionali.

Iar după ce omul a căzut întru acest fel de stare, cine poate spune în câte patimi, în câte obiceiuri rele şi în câte rătăciri a fost dus de visurile imaginaţiei sale? Învăţăturile morale le-a umplut cu fel de fel de înşelăciuni, fizica cu multe învăţături mincinoase, teologia cu dogme şi născociri necuviincioase şi absurde. Şi nu numai gânditorii cei din vechime, ci chiar şi cei mai noi, dorind să filosofeze şi să vorbească despre Dumnezeu şi tainele cele dumnezeieşti, simple şi inaccesibile prin imaginaţie şi fantezie (căci pentru această osteneală trebuie să lucreze puterea superioară a sufletului – mintea), şi apropiindu-se de această lucrare mai înainte de a-şi curăţi mintea lor de imaginile cele pătimaşe şi de chipurile imaginate ale lucrurilor simţite, au aflat în loc de adevăr minciună. Şi ceea ce este mai grozav este că această minciună a lor ei au îmbrăţişat-o cu tot sufletul şi cu toată inima şi o ţin cu tărie ca pe un adevăr care înfăţişează realitatea. Şi astfel, în loc de teologi (cuvântători de Dumnezeu) s-au arătat cuvântători de născociri, lăsaţi fiind în minte neiscusită, după cum spune Apostolul (Rom. 1, 28). (vezi despre aceasta la Cuviosul Isaac Sirul la sfârşitul epistolei către Sfântul Simeon, cuv. 55).

Deci, fratele meu, dacă doreşti să te slobozeşti cu uşurinţă de astfel de rătăciri şi patimi, dacă cauţi să scapi de feluritele curse şi meşteşugiri ale diavolului, dacă doreşti să te uneşti cu Dumnezeu şi să dobândeşti luminarea dumnezeiască şi adevărul, intră cu bărbăţie în luptă cu imaginaţia ta şi luptă-te cu ea din toate puterile tale, ca să-ţi goleşti mintea de toate chipurile, culorile şi formele şi, îndeobşte, de orice închipuire şi aducere

aminte a lucrurilor simţite, atât a celor bune, cât şi a celor rele. Fiindcă toate acestea murdăresc şi întunecă curăţia şi strălucirea minţii, îi îngroaşă imaterialitatea şi conduc la împătimirea sa, căci aproape nici o patimă sufletească sau trupească nu se poate apropia de minte altfel decât prin imaginarea lucrurilor simţite corespunzătoare ei. Deci nevoieşte-te să-ţi păzeşti mintea fără de culoare, fără de chip, fără de formă şi curată, aşa precum a zidit-o Dumnezeu.

Iar aceasta nu o poţi dobândi decât întorcându-ţi mintea înăuntrul ei, încuind-o în locul cel strâmt al inimii tale şi al întregului om lăuntric al tău şi obişnuind-o să rămână acolo, fără să iasă, fie rugându-se în taină şi strigând cu cuvântul dinăuntru: „Doamne, Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluieşte-mă", fie luând aminte la sine şi judecându-se, dar cel mai adesea contemplându-L pe Dumnezeu şi odihnindu-se în El. Căci, precum şarpele, când trebuie să-şi lepede pielea sa veche, se duce, după cum zic cei care studiază natura, şi se sileşte să se strecoare printr-un loc îngust, aşa şi mintea, strecurându-se prin locul cel strâmt al inimii şi al rugăciunii minţii din inimă, se dezbracă de îmbrăcămintea închipuirii lucrurilor simţite şi a relelor întipăriri simţite, şi se face curată, luminată şi pregătită pentru unirea cu Dumnezeu, datorită asemănării cu El, pe care o dobândeşte astfel. Şi iarăşi, precum apa, pe cât este mai strâmtorată prin trecători înguste, cu atât mai tare presează şi mai repede se avântă în sus, tot aşa şi mintea, cu cât este mai strânsă prin exersarea tainică în inimă şi prin atenţia la sine, cu atât se face mai subţire şi mai puternică şi, avântându-se în sus, se face de neatins pentru orice patimă şi orice vicleşug al gândurilor, precum şi pentru orice chip, nu numai al lucrurilor simţite, ci şi al celor gândite, de vreme ce acestea rămân afară şi nu pot intra înăuntru.

Îți propun și o altă comparație, mai potrivită încă. Precum razele soarelui, fiind răspândite în văzduh și despărțite una de alta, nu sunt atât de luminoase și de fierbinți, dar fiind concentrate într-un punct cu ajutorul unei lentile, dau o lumină orbitoare și o fierbințeală arzătoare, tot așa și mintea, fiind adunată în centrul inimii prin atenția la sine și deprinderea tainică, se face purtătoare de lumină și arzătoare, risipind întunericul materiei și al patimilor și arzând și distrugând toate chipurile și mișcările materiale și pătimașe.

Aceasta este cea *dintâi* și principala metodă prin care să-ți îndreptezi imaginația și memoria, și pe care, iubite, trebuie să o lucrezi neîncetat. Prin ea nu numai că îți vei îndrepta aceste puteri ale sufletului, dar vei șterge din ele toate urmările și rămășițele întipăririlor și chipurilor lucrurilor simțite primite mai înainte, care stârnesc și hrănesc patimile. Dar pe cât de folositoare și aducătoare de roade este această metodă, pe atât este de ostenitoare. Și pe cât este de ostenitoare, cu atât mai puțini sunt cei care doresc să o întrebuințeze, sau, mai bine zis, cu atât mai puțini sunt cei care cred în puterea ei, mai ales în rândul înțelepților și dascălilor, nu numai al celor mirenești, ci și al celor duhovnicești, care, nevrând a se încrede în învățătura Sfântului Duh și a atâtor de mulți Sfinți Părinți care arată această metodă în cartea Filocaliei cea mai scumpă decât orice piatră prețioasă, pe drept se lipsesc de roadele Sfântului Duh, pe care se învrednicesc să le primească mulți neînvățați și chiar neștiutori de carte. Căci, după cuvântul Mântuitorului, Dumnezeu a *ascuns acestea de cei înțelepți și pricepuți și le-a descoperit pruncilor* (Lc. 10, 21). De aceea cei care nu cred în puterea acestei lucrări gânditoare și nu și-o însușesc, aceia nu pot înțelege deloc cât este binefăcătoare, după cum este scris: *de nu veți crede, nici nu veți înțelege* (Is. 7, 9).

Însă când vezi că mintea îţi oboseşte şi nu mai poate rămâne în inimă în rugăciunea minţii şi a inimii, atunci întrebuinţează şi o *a doua* metodă, adică: las-o să iasă afară şi dă-i frâu liber la cugetări şi contemplaţii dumnezeieşti şi duhovniceşti, atât la cele puse înainte de Sfintele Scripturi, cât şi la cele care sunt pricinuite şi inspirate de creaţia lui Dumnezeu. Astfel de cugetări duhovniceşti, fiind înrudite cu mintea prin subţirimea şi lipsa lor de materialitate, nu o îngroaşă şi nu o încătuşează în cele din afară, ci dimpotrivă, satisfăcând cu măsură setea ei de mişcare liberă în domeniul său, cu conţinutul lor o predispun a se întoarce cât mai repede înăuntrul inimii, la unirea cu Dumnezeu prin afundarea în pomenirea gânditoare a Lui. De aceea dumnezeiescul Maxim şi zice că „făptuirea singură nu poate face mintea nepătimaşă, dacă, pe lângă aceasta, nu se va deda la felurite vederi duhovniceşti". Ia aminte totuşi ca, în ceea ce priveşte făpturile lui Dumnezeu, obiectele materiale şi fiinţele însufleţite, să nu te opreşti doar la partea lor fizică, atâta timp cât eşti încă pătimaş. Căci în acest caz, după cum zice Sfântul Maxim, mintea, nefiind încă eliberată de privirea pătimaşă la lucrurile simţite, în loc să treacă de la acestea la cugetările duhovniceşti şi nemateriale care se ascund în ele, va fi atrasă doar de frumuseţea şi înfăţişarea lor dinafară şi, îndulcindu-se întru dânsa, va fi în primejdie să îmbrăţişeze învăţături mincinoase şi dispoziţii pătimaşe cu privire la ele, după cum au pătimit atâţia şi atâţia filosofi naturalişti.

Sau întrebuinţează cea de-*a treia* metodă pentru a da linişte şi odihnă minţii tale, adică: cugetă la tainele vieţii şi pătimirii Domnului, cum ar fi naşterea Lui în peşteră, tăierea împrejur, aducerea Lui înaintea lui Dumnezeu la întâmpinare, botezul în Iordan, postirea cea de patruzeci de zile în pustie, propovăduirea Evangheliei

de către El, multele feluri de minuni săvârşite de El, schimbarea la faţă pe Tabor, spălarea picioarelor ucenicilor Săi şi darea Sfintelor Taine la cină, vânzarea Lui, pătimirea Sa, Crucea, îngroparea, învierea şi înălţarea la cer, la chinurile cele de multe feluri ale mucenicilor sau la asprele nevoinţe de ani îndelungaţi ale cuvioşilor Părinţi.

În mod asemănător, pentru zdrobirea inimii şi pentru trezirea simţămintelor de pocăinţă, tu poţi să cugeţi şi la taina înfricoşatului ceas al morţii, la cumplita zi a Judecăţii, la feluritele chinuri ale muncilor veşnice, cum ar fi: oceanele de foc nestins, temniţele cele întunecate ale iadului, gerul tartarului, viermii cei neadormiţi, vieţuirea împreună cu dracii. Gândeşte-te de asemenea şi la odihna şi bucuriile cele negrăite ale drepţilor, la slava veşnică şi fericirea neîncetată, la cântările celor ce prăznuiesc, la unirea cea mai desăvârşită de acolo cu Dumnezeu, la comuniunea şi împreună sălăşluirea pentru totdeauna cu îngerii şi cu toţi sfinţii.

Dacă tu, frate, vei zugrăvi pe pergamentul imaginaţiei tale astfel de gânduri şi imagini, nu numai că te vei izbăvi de amintiri netrebuincioase şi gânduri rele, ci vei câştiga şi mare laudă în ziua judecăţii pentru această nevoinţă, precum Sfântul Vasile cel Mare îţi arată în Cuvântul despre feciorie, spunând că fiecare om, vieţuind în acest trup, se aseamănă unui pictor care pictează un tablou oarecare într-un loc ascuns. Şi precum acel pictor, atunci când îşi isprăveşte tabloul, îl scoate afară din locul ascuns şi îl pune la vedere, fiind lăudat de privitori dacă a ales un subiect bun şi l-a pictat bine, şi, dimpotrivă, fiind ocărât dacă a ales un subiect prost şi l-a pictat rău; tot aşa şi fiecare om, când va sta după moarte înaintea judecăţii lui Dumnezeu, va fi lăudat şi fericit de Dumnezeu, de îngeri şi de sfinţi, dacă şi-a împodobit

mintea şi imaginaţia sa cu chipuri şi imagini luminoase, dumnezeieşti şi duhovniceşti, şi dimpotrivă, va fi ruşinat şi osândit, dacă şi-a umplut imaginaţia sa cu tablouri pătimaşe, ruşinoase şi josnice.

Şi Sfântul Grigorie Tesaloniceanul îşi arată uimirea pentru felul cum acţiunea lucrurilor simţite asupra sufletului, prin imaginaţie, pricinuieşte fie lumină a minţii, care duce la viaţă veşnic fericită, fie întuneric gândit, care duce la întunericul iadului.

Să ştii însă că nu vreau să-ţi spun să te îndeletniceşti totdeauna doar cu aceste cugetări. Nu, ci să le întrebuinţezi numai uneori, până când mintea, obosită de a fi ţinută în strâmtorarea inimii, se odihneşte. Când însă s-a odihnit, întoarce-o din nou în inimă şi sileşte-o să rămână acolo întru pomenirea de Dumnezeu, fără de năluciri şi chipuri. Căci precum toate vieţuitoarele cu cochilii şi cu carapace nu îşi găsesc odihna decât în cochiliile lor, unde se ascund ca într-o casă, tot aşa şi mintea, în mod firesc, nu se odihneşte altundeva decât în cămara inimii şi în omul cel dinăuntru, unde, ascunzându-se ca într-o fortăreaţă, se luptă cu succes cu gândurile, cu vrăjmaşii şi cu patimile care se ascund tot acolo înăuntru, deşi cea mai mare parte dintre oameni nu ştiu aceasta.

Faptul că patimile şi gândurile se ascund înăuntrul nostru, în inimă, şi de acolo ies şi luptă împotriva noastră nu este părerea mea. Ascultă ce spune Domnul: *Că din inimă ies gânduri rele, ucideri, preacurvii, curvii, furtişaguri, mărturii mincinoase, hule: acestea sunt care spurcă pe om* (Mat. 15, 19-20). Iar Sfinţii Părinţi arată că vrăjmaşii noştri, demonii, se ascund în jurul inimii. Aceasta o lămureşte cu mai mare claritate Sfântul Diadoh, zicând că înainte de Sfântul Botez dumnezeiescul har îl îndeamnă pe om la bine dinafară, iar satana

se ascunde în adâncimile sufletului şi ale inimii; însă după ce omul primeşte Sfântul Botez, demonul se află în afara inimii, iar harul se sălăşluieşte înăuntru. Totuşi, şi după Botez, spune el mai departe, vrăjmaşilor noştri li se îngăduie să intre în adâncimile trupului nostru şi să ajungă în faţa inimii noastre, pentru a încerca libera noastră voinţă. De acolo ei întinează mintea cu umorile dulceţilor trupeşti.

Asemenea învaţă şi Sfântul Grigorie Teologul, tâlcuind că spusele Domnului cu privire la duhul necurat care iese din om şi iarăşi se întoarce în el pentru a-i face mai mare rău (vezi Mat. 12, 43-45), se petrec la cei botezaţi, atunci când ei nu se îngrijesc de rămânerea în inimă. „Duhul cel necurat gonit prin Botez, zice el, fiindu-i neplăcut să nu aibă casă, caută odihnă, pribegind de ici colo. Şi negăsind-o, se întoarce în casa din care a ieşit, pentru că nu are ruşine. Dacă află că Hristos, fiind ţinut cu luare aminte şi dragoste de cel botezat, S-a sălăşluit şi a rămas în locul din care el a fost gonit, adică în inimă, atunci, fiind din nou respins, pleacă fără succes. Dacă însă află fostul său loc pustiu, neocupat de nimeni, prin lipsa luării aminte la Domnul şi a pomenirii Lui, atunci intră în grabă, cu mai mare răutate decât înainte. Şi i se fac omului cele din urmă mai rele decât cele dintâi”.

Intenţionat am zăbovit asupra acestui lucru, pentru a te îndemna mai cu tărie să rămâi neîncetat înăuntrul inimii cu aducerea aminte de Domnul Mântuitorul şi rugăciunea către El, dacă vrei să te arăţi întotdeauna biruitor în tulburările gândurilor şi ale mişcărilor pătimaşe care năvălesc asupra inimii. Când tu eşti acolo înăuntru cu Domnul, vrăjmaşul nu îndrăzneşte să se apropie.

Dar mai presus de toate acestea îţi zic să veghezi asupra ta şi să nu-ţi laşi imaginaţia şi memoria să-şi

amintească toate cele mai înainte văzute, auzite, mirosite, gustate sau pipăite, şi mai ales ceea ce a fost ruşinos şi necuviincios în ele. Mai cu seamă în aceasta şi constă lupta noastră şi ea este mai grea şi mai stăruitoare decât lupta cu simţurile sau cu întrebuinţarea lor. Toţi cei care se luptă ştiu aceasta din experienţă. A nu primi ceva de sminteală printr-un anume simţ se poate realiza cu uşurinţă; dar după ce ai primit ispita, este foarte greu să te descurci cu imaginaţia şi amintirea ei. De exemplu, a nu privi la o anume faţă sau a nu privi la ea cu patimă, aceasta nu este atât de greu şi nu presupune multă luptă. Dar după ce ai văzut-o şi ai privit cu patimă la ea, de acum nu mai este aşa de uşor şi este nevoie de mare luptă şi nu mică nevoinţă pentru a izgoni din amintirea ta închipuirea acelei feţe. Iar vrăjmaşul se poate juca cu sufletul tău ca şi cu o mingiuţă, aruncându-ţi atenţia de la o amintire la alta, iar pe dedesubt răscolind dorinţele şi patimile şi ţinându-te astfel într-o dispoziţie pătimaşă. De aceea îţi spun: veghează asupra ta şi mai mult decât orice ia aminte la imaginaţie şi memorie.

CAPITOLUL 27

Ostaşul lui Hristos trebuie să evite cu orice chip neliniştile şi tulburările inimii, dacă voieşte să-i biruiască pe vrăjmaşii săi

Precum este o datorie grabnică pentru orice creştin ca, atunci când îşi va pierde pacea inimii sale, să facă tot ceea ce depinde de el pentru a o recăpăta, nu mai puţin obligatoriu pentru el este ca să nu îngăduie nici unor împrejurări ale acestei vieţi trecătoare să-i tulbure această pace. Înţeleg prin aceasta boli, răni, morţi ale rudeniilor, războaie, incendii, neaşteptate bucurii, spaime şi necazuri, amintiri ale păcatelor şi greşelilor trecute,

într-un cuvânt tot ceea ce tulbură şi nelinişteşte inima. Pentru aceea este obligatoriu să nu îngăduie neliniştile şi tulburările în aceste cazuri, căci, cedând lor, omul îşi pierde stăpânirea de sine şi se lipseşte de putinţa de a înţelege limpede ceea ce se petrece şi de a vedea bine ceea ce i se cuvine să facă, iar aceasta îi dă vrăjmaşului posibilitatea de a-l tulbura încă şi mai tare şi de a-l împinge să facă vreun pas care cu greu mai poate fi îndreptat sau nu mai poate fi îndreptat cu nici un chip.

Nu vreau să spun să nu îngădui necazul, pentru că aceasta nu este în puterea noastră, ci să nu îngădui necazului să ia în stăpânire inima ta şi să o tulbure; ţine-l în afara hotarelor inimii tale şi grăbeşte-te să o potoleşti şi să o îmblânzeşti, aşa încât ea să nu te împiedice să judeci drept şi să acţionezi cum se cuvine. Aceasta este, cu ajutorul lui Dumnezeu, în puterea noastră, dacă simţămintele şi dispoziţiile morale şi religioase sunt puternice în noi.

Fiecare dintre necazuri are trăsăturile sale şi împotriva fiecăruia este o metodă proprie de abordare. Dar eu vorbesc de ele în general, având în vedere însuşirea lor comună – de a tulbura şi agita sufletul – şi vrând să-ţi propun o soluţie generală împotriva lor. Această soluţie este credinţa în buna Pronie, care aranjează curgerea vieţii noastre cu toate întâmplările ei spre binele fiecăruia din noi, şi supunerea cu seninătate faţă de voia lui Dumnezeu, arătată prin aşezarea noastră, prin care din adâncul sufletului strigăm: „Fie voia lui Dumnezeu! Cum voieşte Domnul, aşa să fie, şi va fi spre binele nostru".

Acest bine este înţeles şi simţit în mod diferit de oameni diferiţi. Unul înţelege: „această bunătate a lui Dumnezeu mă călăuzeşte la pocăinţă"; altul simte: „pentru păcatele mele mi-a trimis Domnul aceasta, ca să

mă curăţească de ele, eu împlinesc canonul dat de Dumnezeu"; cel de-al treilea se gândeşte: „Domnul mă încearcă, ca să vadă dacă Îi slujesc cu sinceritate". Din partea celor care privesc din afară la cel care trece prin necazuri poate apărea şi un al patrulea gând: „aceasta se întâmplă pentru a se arăta lucrarea lui Dumnezeu asupra lui". Dar o astfel de părere este îndreptăţită numai după ce necazul s-a sfârşit, şi anume prin ajutorul evident din partea lui Dumnezeu. Dar în sufletul celui ce pătimeşte trebuie să fie doar primele trei simţăminte. Iar ele toate au o asemenea însuşire şi putere, încât oricare din ele ar intra în inimă, fiecare este în stare să liniştească furtuna necazurilor care se ridică şi să statornicească pacea şi seninătatea în inimă.

Şi iată soluţia generală pentru liniştirea inimii atunci când durerile încearcă să o tulbure: trezeşte-ţi cât poţi de tare credinţa în bunătatea Proniei lui Dumnezeu faţă de tine şi deşteaptă în suflet supunerea faţă de voia lui Dumnezeu, pune-ţi în inimă gândurile zise mai sus şi îndeamn-o să simtă că necazul prin care treci acum este fie o încercare a ta din partea lui Dumnezeu, fie un canon curăţitor pus asupra ta, fie o chemare la pocăinţă în general sau anume pentru vreo nedreptate pe care ai uitat-o. De îndată ce inima este cuprinsă de vreunul din simţămintele zise mai sus, durerea îndată se linişteşte şi îi dă posibilitatea să primească în ea şi celelalte două simţăminte. Toate acestea împreună degrabă vor sălăşlui în tine o asemenea pace şi seninătate, că tu nu te vei putea opri să nu exclami: „Fie numele Domnului binecuvântat în veci!". Precum este uleiul în valurile mării, tot aşa şi aceste simţăminte în inima necăjită: valurile se alină şi se face linişte mare.

Aşa împacă-ţi inima, oricât de tulburată ar fi ea. Iar dacă tu prin îndelungate osteneli asupra ta şi prin

nevoinţe duhovniceşti îţi vei sălăşlui în inimă simţămintele pomenite, aşa încât ele o vor umple permanent, atunci nici o supărare sau necaz nu te vor tulbura, deoarece o astfel de stare va fi pentru tine cea mai eficientă metodă de pază împotriva lor. Aceasta nu înseamnă că simţămintele de mâhnire nu te vor mai ataca. Ele te vor asalta, dar îndată se vor şi retrage, precum valurile mării lovindu-se de o stâncă tare.

CAPITOLUL 28

Ce trebuie să facem când suntem răniţi în luptă

Dacă se întâmplă să fii rănit, căzând într-un oarecare păcat din neputinţa ta sau din năravul tău cel rău (înţeleg aici păcate de iertat: ai scăpat un cuvânt nepotrivit, s-a întâmplat să te mânii, un gând rău ţi-a trecut prin minte, ţi-a venit o dorinţă necuvenită şi altele asemenea), să nu te împuţinezi cu sufletul şi să nu te tulburi în zadar fără rost. În primul rând nu stărui cu gândul asupra ta, nu spune: „Cum de mi s-a întâmplat mie aceasta şi am pătimit aşa ceva?”. Acesta este strigătul mândrei păreri de sine. Dimpotrivă, smereşte-te şi, ridicând ochii către Domnul, să spui şi să simţi astfel: „Doamne, ce altceva se putea aştepta de la mine, cel atât de neputincios şi rău nărăvit?”. Şi îndată să mulţumeşti lui Dumnezeu că lucrurile nu au mers mai departe, mărturisind: „De nu ar fi fost bunătatea Ta fără de margini, Doamne, nu m-aş fi oprit doar la aceasta, ci aş fi căzut încă în ceva mai rău de atât”.

Totuşi, recunoscându-te pe tine astfel şi simţind aşa, fereşte-te să primeşti gândul fără de grijă şi îngăduitor că, de vreme ce eşti astfel, ai fi oarecum îndreptăţit să faci ceva necuvenit. Nu; deşi eşti neputincios şi rău nărăvit, pentru toată necuviinţa pe care

o vei săvârşi vei fi socotit vinovat. Căci, de vreme ce eşti dăruit cu voinţă liberă, tot ceea ce porneşte de la tine aparţine voinţei tale şi, dacă va fi bine, va fi spre lauda ta, iar dacă va fi rău, va fi spre osânda ta. De aceea, recunoscându-te pe tine rău îndeobşte, să recunoşti şi că eşti vinovat pentru această răutate în care ai căzut în clipa de faţă. Judecă-te şi osândeşte-te pe tine şi numai pe tine însuţi, neuitându-te împrejur, căutând asupra cui să arunci vina ta. Nici oamenii care te înconjoară, nici împrejurările nu sunt vinovate de păcatul tău. Vinovată este doar voinţa ta cea rea. Deci pe tine să te osândeşti.

Totuşi, să nu te asemeni celor care grăiesc: „Da, eu am făcut-o, şi ce dacă?". Nu, ci după ce ai recunoscut vina ta şi te-ai defăimat pe tine, punându-te în faţa dreptăţii nemitarnice a lui Dumnezeu, grăbeşte-te să-ţi trezeşti simţămintele de pocăinţă: frângerea inimii şi durerea pentru păcat, nu atât din pricina înjosirii tale prin păcat, cât din pricină că L-ai întristat pe Dumnezeu, Care ţi-a arătat atâta milă chemându-te la pocăinţă, iertându-ţi păcatele trecute, dându-ţi harul Tainelor, păzindu-te pe drumul cel bun şi călăuzindu-te.

Cu cât este mai adâncă zdrobirea inimii, cu atât mai bine. Dar oricât ar fi zdrobirea de puternică, să nu îngădui nici o umbră de îndoială cu privire la iertare. Iertarea este de pe acum pe deplin pregătită, iar zapisul tuturor păcatelor a fost rupt pe Cruce. Doar pocăinţa şi frângerea inimii sunt aşteptate din partea fiecărui om, pentru ca şi el să-şi însuşească puterea răscumpărării prin Cruce a păcatelor întregii lumi. Cu această nădejde pleacă-ţi genunchii duhului şi ai trupului şi strigă: *Miluieşte-mă, Dumnezeule, după mare mila Ta* (Ps. 50, 1) – şi nu înceta să strigi până nu te vei simţi vinovat şi iertat în acelaşi timp, în aşa fel încât vina şi iertarea să se contopească într-un singur simţământ.

Acest har se pogoară în cele din urmă asupra fiecăruia dintre cei care se pocăiesc. Dar el trebuie să fie însoţit de o hotărâre, pecetluită cu făgăduinţă, de a nu mai fi îngăduitor cu tine după aceea, ci de a te supraveghea şi a te păzi de toate căderile, nu numai de cele mai mari, ci şi de cele mai mici, împreună cu o rugăciune osârduitoare pentru a primi ajutorul harului pentru aceasta. După o experienţă atât de proaspătă a nesiguranţei puterilor şi strădaniilor tale, de la sine va porni din inimă chemarea: *Inimă curată zideşte întru mine, Dumnezeule, şi duh drept înnoieşte întru cele dinăuntru ale mele* (Ps. 50, 11). Şi *Duhul Tău cel bun să mă povăţuiască la pământul dreptăţii* (Ps. 142, 10).

Toate acestea: osândirea de sine, inima înfrântă, rugăciunea cu nădejde pentru milostivire, hotărârea insuflată de a te păzi de acum înainte şi rugăciunea pentru a primi harul în ajutor – trebuie să le lucrezi înăuntrul tău de fiecare dată când greşeşti cu ochii, cu auzul, cu limba, cu gândul şi cu simţurile; şi nici o clipă să nu laşi în inimă vreun păcat nemărturisit Domnului şi necurăţit înaintea Lui printr-o pocăinţă din inimă. Dacă iarăşi cazi – iarăşi fă acelaşi lucru, şi de câte ori ţi se întâmplă să păcătuieşti, de atâtea ori să te curăţeşti pe tine înaintea Domnului. Iar seara, dacă este cu putinţă, spune tot părintelui tău duhovnicesc, iar când nu se poate în aceeaşi seară, spune-i atunci când se va ivi ocazia. O astfel de spovedanie sau descoperire completă în faţa duhovnicului are cel mai benefic efect în lucrarea războiului nostru duhovnicesc.

Nimic nu îl biruieşte pe vrăjmaşul pierzător de suflete şi nu îi distruge uneltirile precum acest fel de nevoinţă. De aceea el se străduieşte în tot chipul să o împiedice şi înăuntru şi în afară: înăuntru – prin gânduri şi simţuri, iar în afară – prin aranjarea a felurite întâlniri

și întâmplări. Care sunt aceste piedici vei vedea tu însuți când te vei apuca de treabă. Voi aminti doar un lucru: vrăjmașul se străduiește cu putere să-ți sugereze ca să nu te apuci de lucrarea curățirii interioare de îndată ce ai observat păcatul, ci să aștepți oleacă, nu o zi sau un ceas, ci doar un pic. Dar îndată ce vei încuviința aceasta, el îți pune înainte un alt păcat: după un păcat cu limba – un păcat cu ochii și încă cu un alt oarecare simț; iar curățirea de acel păcat, vrând-nevrând, iarăși o amâni, pentru că trebuie mai întâi să te curățești de cel dinainte. Și astfel această amânare se prelungește toată ziua și păcat după păcat umple sufletul. Iar seara, în vremea care este hărăzită de obicei curățirii prin pocăință, nu se vede nimic clar în suflet: acolo este zgomot, tulburare și întuneric provenit de la mulțimea căderilor pe care le-ai îngăduit. Sufletul este asemenea ochilor plini de praf sau a apei murdărite de mulțimea gunoiului căzut în ea. Și, întrucât nu se poate vedea nimic, lucrarea pocăinței este cu totul părăsită, dar în același timp și sufletul rămâne murdar și mânjit. Din această pricină rugăciunea de seară se face nedesăvârșită, iar mai apoi avem visuri urâte. De aceea să nu amâni nici o clipă curățirea interioară atunci când îți vei da seama că ceva este nelalocul lui în tine.

O altă sugestie a vrăjmașului este să nu spui părintelui duhovnicesc ceea ce s-a petrecut. Să nu o asculți, ci să i te împotrivești descoperind totul părintelui, pentru că pe cât de mult bine se dobândește prin această descoperire, tot atât, sau chiar mai mare rău se dobândește prin ascunderea celor ce se petrec în noi și cu noi.

CAPITOLUL 29

Ce fel de rânduială foloseşte diavolul în purtarea războiului duhovnicesc şi cum înşală pe oameni potrivit stării fiecăruia

Să ştii, iubite, că diavolul nu se îngrijeşte de nimic altceva decât de pierzarea fiecăruia dintre noi şi că nu cu toţi se luptă în acelaşi fel. Pentru a vedea şi a înţelege aceasta mai limpede, îţi pun înainte felurite stări ale oamenilor şi îţi descriu uneltirile, învăluirile şi înşelăciunile vrăjmaşului corespunzătoare lor. Aceste stări sunt următoarele: unii zac în robia păcatului şi nici nu se gândesc să se elibereze de acesta; alţii, deşi se gândesc la această eliberare şi o doresc, dar nu întreprind nimic pentru a o dobândi; sunt şi din aceia care, după eliberarea din legăturile păcatului şi dobândirea virtuţilor, cad din nou în păcat, vătămându-se mai tare. Dintre aceştia din urmă, unii, amăgindu-se pe sine, gândesc că, indiferent de aceasta, totuşi încă merg spre desăvârşire; alţii părăsesc nepăsători calea virtuţilor; iar alţii chiar pe virtutea pe care o au o prefac într-o ocazie şi pricină de răutate pentru ei înşişi. Asupra fiecăruia dintre aceştia vrăjmaşul lucrează potrivit stării sale.

CAPITOLUL 30

Cum îi ţine diavolul pe păcătoşi în robia păcatului

Când diavolul ţine pe cineva în robia păcatului, el se îngrijeşte îndeosebi ca să-i întunece din ce în ce mai mult orbirea lui duhovnicească, izgonind de la el orice gând bun care ar putea să-l aducă la cunoştinţa pierzării spre care se îndreaptă viaţa sa. Şi nu numai că izgoneşte de la el gândurile bune, care ar putea să-l ducă la pocăinţă şi să-l întoarcă pe calea virtuţii, ci în locul lor sădeşte gânduri rele şi stricate şi în acelaşi timp

aranjează prilejuri potrivite pentru păcatul cu care omul este deprins şi îl ademeneşte să cadă adesea în el sau în altele mai grele. Şi, astfel, sărmanul păcătos devine din ce în ce mai întunecat şi mai orbit. Această orbire înrădăcinează în el deprinderea păcatului şi imboldul neîncetat de a păcătui iarăşi şi iarăşi, aşa încât el, nefericitul, târât de la fapta păcatului la o orbire mai mare, şi de la orbire la păcate mai mari, se învârte precum într-un vârtej, şi se va învârti astfel toată viaţa sa până chiar în ceasul morţii, dacă nu îi va veni în ajutor un har deosebit de la Dumnezeu, pentru mântuirea lui.

Cel care se află într-o stare atât de nenorocită, dacă vrea să se izbăvească din ea, trebuie ca îndată ce îi vine un gând bun sau, mai bine zis, o insuflare care îl cheamă de la întuneric la lumină şi de la păcat la pocăinţă, în acelaşi moment să o primească pe aceasta cu toată atenţia şi dorirea şi numaidecât cu osârdie să se apuce de lucru, strigând din adâncul inimii către milostivul Dătător a tot binele: „Ajută-mă, Doamne Dumnezeul meu, degrab ajută-mă, şi nu mă mai lăsa în acest întuneric al păcatului!". El trebuie să se roage neobosit, chemând cu astfel de cuvinte sau altele asemenea, însă în acelaşi timp să caute şi ajutorul pământesc, adresându-se către cei cunoscători pentru a primi sfat şi călăuzire cum să se elibereze cât mai desăvârşit din chinuitoarele legături ale vrăjmaşului care îl ţin în robia păcatului. Iar dacă aceasta nu este cu putinţă numaidecât, să o facă de îndată ce se iveşte prilejul, neîncetând să alerge la Domnul Iisus Cel răstignit pentru noi şi la Preacurata Maica Sa, Născătoarea de Dumnezeu şi Pururea Fecioara Maria, rugându-i să se milostivească de el şi să nu-l lipsească de grabnicul lor ajutor. El trebuie să ştie că în această neamânare şi hotărâre de a urma îndată buna insuflare constă biruinţa lui şi înfrângerea vrăjmaşului.

CAPITOLUL 31

Cum îi ține vrăjmașul în mrejele sale pe aceia care își cunosc starea lor nenorocită și voiesc să se izbăvească de ea, dar nu se apucă de lucru. Și pentru ce hotărârile noastre cele bune adesea nu sunt duse la îndeplinire

Pe aceia care și-au dat seama cât de rea și de primejdioasă este viața pe care o duc, vrăjmașul reușește să-i țină sub stăpânirea sa îndeosebi prin următorul gând simplu, dar preaputernic: „Mai târziu, mai târziu; mâine, mâine". Și sărmanul păcătos, înșelat fiind de aparența binevoitoare a acestui gând, se hotărăște: „Într-adevăr, mâine; acum îmi voi termina treaba, iar după aceea, fiind cu totul lipsit de griji, mă voi lăsa în mâinile harului lui Dumnezeu și voi merge neabătut pe calea vieții duhovnicești; acum voi face aceasta și aceasta, iar mâine mă voi pocăi". Aceasta este mreaja vrăjmașului, fratele meu, cu care el vânează pe mulți și prea mulți, și ține în mâinile sale întreaga lume. Iar pricina pentru care această mreajă ne prinde atât de ușor este lenevirea și orbirea noastră. Nimic altceva decât trândăvirea și orbirea nu pot explica faptul că, într-o lucrare atât de importantă, de care depinde toată mântuirea sufletului nostru și toată slăvirea pe care o dăm lui Dumnezeu, nu întrebuințăm numaidecât cea mai simplă și ușoară, și în același timp cea mai eficientă armă, și anume – să zicem în noi înșine cu hotărârea cea mai deplină și cu putere: „*Acum!* Chiar acum încep viața duhovnicească, și nu după aceea; acum mă pocăiesc, iar nu mâine. *Acum, în acest moment* sunt în mâinile mele, iar *mâine* și *după* în mâinile lui Dumnezeu. Dar chiar și dacă îi va fi bineplăcut Domnului să-mi dea *mâine* și *după*, pot eu fi încredințat că și mâine voi avea acest gând bun care mă îndeamnă să-mi îndreptez viața?" Pe deasupra, ce nebunie este

atunci când, de pildă, există un leac sigur de tămăduire a bolii cuiva, iar acesta spune: „Aşteaptă, lasă-mă să mai bolesc un pic!”? Iar cel care amână lucrarea mântuirii chiar aşa procedează.

Pentru aceea, de voieşti să te izbăveşti de înşelăciunea vrăjmaşului şi să-l biruieşti, ia îndată această armă de nădejde împotriva lui, supune-te degrabă gândurilor bune şi dumnezeieştilor insuflări care te cheamă la pocăinţă, punându-le în lucru. Nu îngădui nici cea mai mică amânare şi nu accepta ca să-ţi zici: „Am luat o hotărâre fermă ca să mă pocăiesc un pic mai târziu şi nu voi renunţa la această hotărâre”. Nu, nu, să nu faci aşa! Hotărârile acestea întotdeauna se arată înşelătoare, şi mulţi – mult prea mulţi – care s-au încrezut în ele, au rămas apoi nepocăiţi până la sfârşitul vieţii. Aceasta s-a întâmplat din diferite motive:

a) Primul este că hotărârile noastre proprii nu sunt întemeiate pe neîncrederea în noi înşine şi pe nădejdea tare în Dumnezeu. De aceea nu suntem lipsiţi de părerea mândră de sine, a cărei urmare inevitabilă este întotdeauna îndepărtarea de la noi a ajutorului lui Dumnezeu şi, drept consecinţă, inevitabila cădere. Deci cel care se hotărăşte în sinea sa: „mâine neapărat voi părăsi calea păcatului” – pătimeşte întotdeauna cele potrivnice, adică în loc de ridicare, o cădere mai rea, iar după aceea iarăşi cădere după cădere. Şi Dumnezeu îngăduie aceasta câteodată în mod proniator, pentru a-l aduce pe cel ce se încrede în sine la cunoştinţa propriei sale neputinţe şi pentru a-l îndemna să caute ajutorul lui Dumnezeu, singurul demn de încredere, părăsind orice nădejde în sine. Omule, vrei să ştii când propriile tale hotărâri vor fi tari şi de crezare? Atunci când nu vei mai avea nici o nădejde în tine şi atunci când hotărârile tale vor fi întemeiate pe smerenie şi pe încredere tare numai în Dumnezeu.

b) Al doilea motiv este că, luând astfel de hotărâri ale noastre, avem în vedere îndeosebi frumuseţea şi strălucirea virtuţii, care atrag asupra lor voinţa noastră, oricât ar fi ea de slabă şi neputincioasă; însă, bineînţeles, partea ostenicioasă a virtuţii ne scapă din vedere. Dar acum nu o băgăm în seamă pentru că frumuseţea virtuţii ne atrage cu putere voinţa, însă mâine, când între timp vor apărea lucrurile şi grijile obişnuite, ea nu va mai fi atât de puternică, deşi hotărârea luată încă va mai fi în amintire. Odată cu slăbirea dorinţei şi voinţa slăbeşte sau intră în neputinţa ei firească şi în acelaşi timp partea ostenicioasă a virtuţii iese în faţă şi se arată înaintea ochilor, deoarece drumul virtuţii este prin firea lui greu, şi cel mai greu este când faci primul pas. Să presupunem că acela care ieri a luat hotărârea să pornească pe acest drum face astăzi ce şi-a propus – el deja nu va mai avea nici o râvnă pentru a săvârşi aceasta: dorinţa nu mai este încordată, voinţa este slăbită, înaintea ochilor are numai piedici – şi înăuntrul său, şi în rânduielile vieţii sale de zi cu zi, şi în relaţiile obişnuite cu ceilalţi. Deci el se hotărăşte: „voi aştepta un timp ca să-mi adun puterile". Şi astfel va începe să aştepte de pe o zi pe alta şi nu va fi de mirare dacă va aştepta întreaga viaţă. Dar dacă s-ar fi apucat de treabă ieri, de îndată ce i-a venit dorinţa însufleţită de a se îndrepta, făcând una sau alta după cum îi cerea acea dorinţă, introducând în viaţa sa ceva din duhul aceleia – acum nici dorinţa, nici voinţa nu i-ar fi atât de slabe, încât să dea înapoi în faţa piedicilor. Piedicile nu pot lipsi, dar dacă omul are un sprijin în el însuşi, le biruieşte, chiar dacă o face cu osteneală. Dacă s-ar fi străduit întreaga zi să le biruiască, a doua zi ele s-ar fi făcut mult mai puţin simţite, iar în a treia încă mai puţin. Astfel, înaintând din ce în ce mai mult, el s-ar fi întărit pe calea cea bună.

c) Al treilea motiv este că dacă aceste bune imbolduri de trezire din somnul păcatului sunt lăsate neîmplinite, ele nu numai că vin cu anevoie a doua oară, ci şi atunci când vin, nu au acelaşi efect asupra voinţei, ca întâia oară. Voinţa nu se mai pleacă aşa de repede spre urmarea acestora şi, în consecinţă, hotărârea de schimbare, dacă va apărea, va fi slabă, fără vigoare. Iar dacă omul îşi îngăduie să amâne până a doua zi supunerea faţă de un imbold mai puternic şi apoi îl pierde pe acesta cu totul, atunci cu atât mai uşor va face aşa şi cu al doilea şi încă şi mai uşor cu al treilea. Şi aşa şi în continuare: cu cât mai des amână ascultarea imboldurilor bune, cu atât mai slab va fi efectul lor. Mai apoi se va ajunge până acolo că ele vor fi cu totul lipsite de efect, vor veni şi vor pleca fără urmări, iar în final vor înceta să mai vină. Omul se predă pe sine în braţele căderii sale. Inima lui se împietreşte şi începe să aibă dezgust faţă de imboldurile bune. În acest chip amânarea i se face drum drept spre pierzarea finală.

Vreau să-ţi mai atrag atenţia şi asupra faptului că amânarea poate avea loc nu numai atunci când cineva simte un imbold lăuntric pentru a-şi preschimba viaţa cea rea într-o viaţă bună, ci şi atunci când cineva duce o viaţă vrednică. Aceasta se întâmplă atunci când i se iveşte ocazia să facă bine şi el amână aceasta fie pentru a doua zi, fie pentru o altă vreme nedeterminată. Şi la o astfel de amânare este valabil tot ce s-a spus despre primul gen de amânare, iar urmările ei pot fi asemenea urmărilor aceleia. Să ştii că dacă cineva pierde ocazia de a face bine, acela nu numai că se lipseşte de roadele binelui pe care l-ar fi făcut, ci Îl şi supără pe Dumnezeu. Dumnezeu îi trimite un om în nevoie, iar el îi spune: „Du-te, mai târziu...”. Chiar dacă el vorbeşte unui om, dar este ca şi cum ar spune-o lui Dumnezeu, Care l-a trimis.

Dumnezeu va găsi pentru cel în nevoi un alt binefăcător; dar cel care l-a refuzat nu va fi scutit de răspundere.

CAPITOLUL 32

Despre uneltirile vrăjmaşului împotriva celor care au pornit pe calea cea bună

Să presupunem că cineva a trecut de primele două piedici, a dorit să se slobozească din lanţurile păcatului şi s-a apucat îndată de lucru. Vrăjmaşul nu îl lasă nici aici, ci îşi schimbă doar tactica, iar nu dorinţa sa cea rea şi nădejdea de a-l poticni de vreo piatră de ispitire şi de a-l duce la pierzare. Sfinţii Părinţi înfăţişează un astfel de om ca fiind sub atac din toate părţile: de sus şi de jos, din dreapta şi din stânga, dinainte şi dinapoi – de peste tot zboară săgeţi asupra lui. Săgeţile de sus sunt gândurile de a face nevoinţe duhovniceşti mai presus de putere; săgeţile de jos – gândurile de a micşora sau de a lăsa cu totul astfel de nevoinţe prin cruţare de sine, trândăvie şi negrijă; săgeţile din dreapta – atunci când vrăjmaşii, luând ca pricină unele lucrări şi fapte bune, îl aruncă pe om în ispite şi în primejdii de cădere; săgeţile din stânga – atunci când vrăjmaşii îi pun înainte ispite vădite şi îndeamnă la păcat; săgeţile din faţă – atunci când vrăjmaşii îl ispitesc şi îl tulbură cu gânduri despre ceea ce se va întâmpla; săgeţile din spate – atunci când ei îl ispitesc şi îl tulbură cu amintirile despre lucruri şi întâmplări din trecut. Şi toate aceste gânduri ispititoare se luptă cu sufletul fie dinăuntru, fie dinafară: dinăuntru – prin chipuri şi închipuiri, năluciri întipărite gânditor în cuget, sau prin rele insuflări sădite nemijlocit în inimă, însoţite de îndemnurile obişnuite spre patimă; dinafară – prin impresiile simţurilor dinafară, care se revarsă necontenit, după cum am spus mai sus. Drept ajutoare

vrăjmaşii au obişnuinţele noastre păcătoase dinainte, precum şi firea noastră stricată prin cădere. Având atâtea mijloace de a ne răni, vrăjmaşul nu se descurajează niciodată dacă nu izbândeşte de la început, ci neîncetat încearcă fie o metodă, fie alta, pentru a-l împiedica sau a-l abate din cale pe robul lui Hristos care încearcă să scape de sub stăpânirea sa.

După ce un om s-a hotărât să lase căile rele şi le-a părăsit cu adevărat, prima preocupare a vrăjmaşului este de a-şi curăţi locul acţiunii sale împotriva lui, astfel încât să nu intervină nimeni. El reuşeşte acest lucru atunci când îi insuflă celui care porneşte pe calea cea bună să acţioneze după capul lui, fără a cere sfat şi îndrumare din partea călăuzitorilor către viaţa plăcută lui Dumnezeu care totdeauna sunt prezenţi în Biserică. Cel care urmează călăuzirea acestora şi supune judecăţii povăţuitorilor (adică în parohii – preoţilor de mir, iar în obşti – duhovnicilor cu experienţă) toate lucrările sale, atât cele dinăuntru, cât şi cele dinafară, este de neatins pentru vrăjmaş. Orice ar sugera ispititorul, privirea iscusită îndată vede încotro ţinteşte acela şi îi atrage ucenicului luarea aminte. Astfel sunt zădărnicite toate uneltirile vrăjmaşului. Dar pe cel care se depărtează de călăuzitorii săi, pe acela el îndată îl ameţeşte şi îl abate din drum. El sugerează multe posibilităţi care nu par rele, iar începătorul nepriceput le urmează şi cade în cursă, unde este expus unor mari primejdii sau chiar piere de tot.

A doua preocupare a vrăjmaşului este să-l lase pe începător nu numai fără călăuzire, ci şi fără de ajutor. Cel care s-a hotărât să se descurce în viaţa sa fără sfat şi călăuzire, degrabă ajunge de unul singur la părerea că nu are nevoie de nici un ajutor din afară pentru a săvârşi lucrările sale şi a duce o viaţă plăcută lui Dumnezeu. Dar vrăjmaşul grăbeşte această concluzie prin faptul că el se

ascunde şi nu îl atacă pe începător, care, simţind o astfel de libertate şi uşurinţă, începe să-şi închipuie că această stare este rodul propriilor osteneli şi, prin urmare, se sprijină pe ele, iar rugăciunile sale pentru ajutorul de sus le rosteşte ca printre dinţi, doar pentru că aşa este scris în cartea de rugăciuni. Aşadar ajutorul nu este căutat şi nu vine. Şi în acest chip începătorul rămâne singur, doar cu puterile sale proprii, iar vrăjmaşul lesne îi biruieşte pe unii ca aceştia. Urmările acestei amăgiri de sine sunt diferite:

Unii se aruncă în nevoinţe peste măsură, care nu sunt după puterile lor şi nu se fac la vremea cuvenită. Stârnirea cu tărie a energiei provocată de încrederea în sine le dă la început puterea de a prelungi aceste nevoinţe pentru o vreme. Mai apoi puterile lor se sfârşesc şi ei abia mai găsesc înăuntrul lor destulă vigoare ca să facă cele mai mici osteneli şi adesea le părăsesc şi pe acestea.

Alţii însă, aprinzându-şi din ce în ce mai tare energia cu voia lor proprie, ajung la atâta înfumurare, încât li se pare că totul le este cu putinţă. În această stare înfierbântată ei fac paşi care îi duc la pierzare: se aruncă în puţuri secate, sar de pe stâncile unde se află peşterile lor, renunţă cu totul la mâncare şi altele asemenea. Toate acestea le unelteşte vrăjmaşul fără ca cei înşelaţi să le observe.

Pentru alţii urmarea amăgirii de sine, prin care ei îşi pun în seama lor reuşitele pe care le au, este faptul că îşi arogă dreptul de a-şi îngădui felurite slăbiciuni şi înlesniri. Există o astfel de înşelare care face ca atunci când în viaţă se introduce ceva nou, precum, de pildă, nevoinţele în cazul celui ce se pocăieşte, atunci zilele i se par omului luni, iar săptămânile ani. Din această pricină, celui care se osteneşte un pic să trăiască după noua rânduială a vieţii, vrăjmaşul îi strecoară cu uşurinţă în

minte gândul că: „Atât de mult m-am ostenit, atât de mult am postit, atât de multe ori n-am dormit noaptea şi aşa mai departe. Deci aş putea să mă odihnesc oleacă". „Odihneşte-te – îi insuflă vrăjmaşul – dă-i odihnă trupului: poţi să te şi distrezi un pic". Şi de îndată ce începătorul neexperimentat va încuviinţa aceasta, vor urma îngăduinţe după îngăduinţe, până când în cele din urmă se vor destrăma toate rânduielile vieţii plăcute lui Dumnezeu, şi el se va întoarce la viaţa pe care a lăsat-o şi va începe din nou să trăiască în negrijă şi trândăvie, depunând armele, după cum se spune.

Astfel de ispite – să te fereşti de sfatul şi călăuzirea altora, să-ţi atribui ţie biruinţele, să te gândeşti la lucruri peste măsură şi la îngăduinţe – vrăjmaşul le unelteşte nu numai la începutul vieţii celei bune, ci încearcă să le sugereze şi pe întregul ei parcurs. De aceea poţi să vezi tu însuţi cât îţi este de necesar ca orice ai face să faci cu sfat, să nu-ţi atribui niciodată nici o reuşită, oricât de mică, nici ţie, nici puterilor şi râvnei tale, să eviţi orice exces şi îngăduinţă şi să duci o viaţă constantă, dar energică şi însufleţită, întotdeauna conformă cu rânduielile aşezate şi statornicite în vechime prin pilda sfinţilor care au vieţuit mai înainte, şi cu sfatul oamenilor iscusiţi din zilele noastre.

CAPITOLUL 33

Cum abate vrăjmaşul de la faptele bune şi le strică pe acestea

Vicleniile vrăjmaşului arătate mai sus strică toată viaţa bună. Însă împotriva celui care, respingându-le, merge neabătut pe calea cea bună, vrăjmaşul ridică alte viclenii şi pietre de poticnire. Aici el nu se mai înarmează împotriva întregii vieţi a omului, ci acţionează din

când în când împotriva fiecărei fapte pe care bunul creştin o începe şi o lucrează după Dumnezeu.

De la deschiderea ochilor dimineaţa după somn până la închiderea lor din nou noaptea suntem înconjuraţi de lucrări care se succed neîncetat unele după altele, nelăsând nici un moment liber, dacă luăm aminte la noi înşine şi nu suferim de lene şi trândăvie. Astfel, nu numai aţintirea inimii în rugăciune către Dumnezeu, nu doar legăturile cuvenite cu alţii în adevăr şi dragoste, nu numai străduinţele de a cumpăni bine între trup şi suflet în nevoinţele noastre, ci şi treburile de zi cu zi şi îndatoririle cetăţeneşti, toate trebuie îndreptate spre dobândirea mântuirii şi săvârşite cu atenţie mărită, cu trezvie şi osârdie. Pe cei ce râvnesc a împlini aceasta Dumnezeu îi ajută să facă totul cum se cuvine, sprijinindu-i cu harul Său, cu paza îngerilor şi cu rugăciunile sfinţilor. Dar nici vrăjmaşul nu doarme. În tot ceea ce facem el se căzneşte să tulbure cumva desfăşurarea lucrărilor noastre şi să ne îndrepteze sau să ne abată spre lucruri inutile în locul celor de trebuinţă. Pentru aceasta el fie se grăbeşte să împiedice însuşi începutul lor; fie, când ele sunt începute, încearcă să întrerupă desfăşurarea lor; fie, dacă în aceasta nu are succes, se străduieşte să facă împlinirea şi săvârşirea lor cu totul nefolositoare; iar dacă şi în aceasta este ruşinat, unelteşte să le facă fără de valoare înaintea lui Dumnezeu, trezind slava deşartă şi părerea de sine.

Sfântul Ioan Scărarul vorbeşte astfel despre aceasta: „În toate lucrările prin care ne străduim să plăcem lui Dumnezeu, diavolii sapă trei gropi. Întâi se luptă să împiedice fapta noastră bună. Al doilea, când sunt biruiţi în această primă încercare, se străduiesc ca ceea ce facem să nu fie după voia lui Dumnezeu. Iar dacă nu izbândesc nici cu acest plan, atunci, apropiindu-se în chip liniştit de sufletul nostru, ne fericesc ca pe unii

care viețuim bineplăcând lui Dumnezeu întru toate. Primei ispite i se opune râvna arzătoare și pomenirea morții; celei de-a doua – ascultarea și umilința; iar celei de-a treia – permanenta defăimare de sine. *Aceasta osteneală este înaintea* noastră, *până ce* va intra *în locașul cel sfânt al* nostru focul lui Dumnezeu (cf. Ps. 72, 16-17). Atunci nu vor mai fi în noi atacuri ale obiceiurilor rele, căci Dumnezeul nostru este foc mistuitor (Evr. 12, 29), care mistuie orice ridicare și mișcare a poftei, orice obicei rău, orice împietrire și întunecare dinăuntru și dinafară, văzută și gândită".)

Nici un condei nu poate descrie tot ceea ce se întâmplă în astfel de cazuri. Tu ia aminte la tine, având în minte un singur lucru – să fii bineplăcut numai lui Dumnezeu întru toate, atât în cele mari, cât și în cele mici, și viața însăși te va învăța să vezi limpede și să înțelegi uneltirile vrăjmașului. Îți propun, totuși, două-trei exemple de tulburări pe care vrăjmașul le ridică în sufletul nostru, pentru a ne strica lucrările, atunci când acestea trebuie să dureze o anumită perioadă de timp.

De pildă, când un bolnav este dispus să-și poarte boala cu bunăvoință și o poartă astfel, vrăjmașul, cunoscând că acela se întărește în acest chip în virtutea răbdării, încearcă să îi strice buna așezare. Pentru aceea începe să îi aducă în minte multe fapte bune ce le-ar fi putut face dacă s-ar fi aflat în altă stare și se străduiește să-l convingă cât de bine ar fi lucrat pentru Dumnezeu și cât de mult folos ar fi adus și sieși și celorlalți, dacă ar fi fost sănătos: ar fi mers la biserică, ar fi purtat convorbiri folositoare, ar fi citit și ar fi scris spre zidirea celor de aproape și altele asemenea. Văzând că astfel de gânduri sunt primite, vrăjmașul le aduce mai des în minte, le înmulțește și le înfrumusețează, le vâră în simțuri, iscă dorințe și avânturi spre ele, zugrăvindu-i bolnavului ce

bine i-ar fi mers acestea sau altele, şi trezind părerea de rău că este legat de mâini şi de picioare din pricina bolii. Astfel, puţin câte puţin, prin repetarea deasă a unor astfel de gânduri şi mişcări în suflet, părerea de rău se preschimbă în nemulţumire şi frustrare. În acest chip se strică buna aşezare de mai înainte, iar boala apare acum nu ca o doctorie de la Dumnezeu şi ca o cale de deprindere a virtuţii răbdării, ci ca ceva potrivnic mântuirii. Deci dorinţa eliberării de ea devine de nestăpânit, totuşi deocamdată numai în vederea săvârşirii faptelor bune şi de a place lui Dumnezeu în orice chip.

Însă după ce a reuşit a-l aduce până aici, vrăjmaşul fură din mintea şi inima sa scopul bun pentru care dorea să se însănătoşească şi, lăsându-i doar dorinţa de sănătate de dragul sănătăţii, îl sileşte să privească la boală cu ciudă, nu ca la o piedică în calea binelui, ci ca la ceva rău în sine. De aici nerăbdarea, nefiind corectată prin gânduri bune, capătă puteri şi se preschimbă în cârtire, lipsindu-l pe cel bolnav de pacea pe care o avea mai înainte, când răbda cu bunăvoinţă. Iar vrăjmaşul se bucură că a reuşit să-l zăpăcească. Întocmai la fel tulbură vrăjmaşul şi pe săracul care îşi duce cu răbdare soarta sa, zugrăvindu-i faptele bune pe care le-ar face dacă ar avea avere.

În chip asemănător vrăjmaşul tulbură adesea pe cei care se găsesc în ascultare în obşte sau faţă de un stareţ, reuşind să-i convingă că dacă vor rămâne în această rânduială de viaţă, ei nu vor ajunge degrabă la dorita desăvârşire, şi aprinzând în ei dorinţa zăvorârii sau a vieţuirii în pustie. Şi nu arareori se întâmplă că ei urmează sugestiilor lui. Dar, făcându-şi voia de a trăi în singurătate, acolo se dedau trândăviei şi pierd ceea ce au dobândit cu osteneală în ascultarea dinainte.

Şi invers, se poate întâmpla că vrăjmaşul reuşeşte să-l alunge pe câte unul din singurătate şi din zăvorâre,

convingându-l că stă acolo fără de nici un folos pentru sine şi pentru ceilalţi, în vreme ce dacă ar fi în obşte lucrările folositoare s-ar revărsa de la el ca un şuvoi îmbelşugat, atât ziua, cât şi noaptea. Iar când ascultă de acest gând şi se mută în obşte, atunci nu reuşeşte să facă lucrările la care se aştepta, iar ceea ce a dobândit în pustie risipeşte degrabă şi nu rămâne cu nimic.

Şi încă mai sunt multe alte cazuri asemenea, când vrăjmaşul reuşeşte să abată de la un anume fel de ocupaţie la un altul, pasămite mai de folos, şi le tulbură şi pe una şi pe alta.

De toate aceste ispite se izbăveşte cu uşurinţă acela care, având călăuzitor şi sfătuitor iscusit, îi urmează poveţele cu smerită supunere. Iar cel care este lipsit dintr-o pricină oarecare de o astfel de binecuvântare, acela să ia aminte la sine şi să înveţe să deosebească binele de rău potrivit principiilor creştineşti după care trebuie să fie condusă viaţa fiecăruia dintre noi. Dacă intervin împrejurări care par să împiedice fapta noastră bună şi nu sunt din voia noastră, ci sunt trimise de Dumnezeu, atunci primeşte-le cu supunere şi nu asculta de nici o sugestie care te abate de la această supunere. Trimiţând astfel de împrejurări, Dumnezeu nu aşteaptă nimic de la tine, decât să te comporţi şi să acţionezi precum este nevoie şi cum îţi stă în putinţă în împrejurarea dată. Dacă eşti bolnav sau sărac – rabdă. Nimic în afară de răbdare nu cere Dumnezeu de la tine. Răbdând cu voie bună, vei lucra neîncetat fapta bună. Oricând Dumnezeu va privi la tine, va vedea că faci bine sau că rămâi în bine, dacă rabzi cu voie bună, în vreme ce acela care este sănătos lucrează faptele bune numai din când în când. De aceea, dacă doreşti să îţi schimbi situaţia, înseamnă că vrei să schimbi ceva mai bun pentru ceva mai rău.

Dar dacă întâmplător situaţia în care te afli, şi care pare să restrângă posibilităţile tale de a lucra fapta bună, a depins de voia ta şi probabil ai ales-o cu chibzuială, ţine-te de acea chibzuială a ta, nu îngădui gândurilor să rătăcească după felurite alte ocazii, şi toată luarea ta aminte îndrepteaz-o şi lipeşte-o numai de ceea ce îţi stă înainte în această situaţie; săvârşeşte cu pace faptele pe care aceasta le presupune, cu deplină încredinţare că dacă le închini cu totul lui Dumnezeu, iar nu propriei plăceri, atunci ele nu vor umple timpul tău fără de roadă şi vor fi primite de Dumnezeu drept cea mai desăvârşită jertfă a ta. Şi rămâi liniştit.

CAPITOLUL 34

Cum întoarce vrăjmaşul chiar şi virtuţile spre paguba celor ce le lucrează

Dar să presupunem că tu mergi cu credinţă şi neîncetat pe calea faptei bune, neabătându-te nici la dreapta, nici la stânga; să nu gândeşti că vrăjmaşul te va părăsi. Nu! În citatul din Sfântul Ioan Scărarul pe care ţi l-am arătat ai auzit deja că vrăjmaşul, atunci când vede că toate încercările de a te întoarce spre rău sunt nereuşite, merge în urma ta pe furiş şi te ferice şte ca pe unul ce vieţuieşti cu totul plăcut lui Dumnezeu. Aceasta este ultima lui ispitire. Această laudă a vrăjmaşului provoacă în noi îngâmfare, părere şi mulţumire de sine, iar din acestea se nasc slava deşartă şi mândria. Slava deşartă lipseşte faptele noastre de orice valoare, iar mândria ne face urâţi lui Dumnezeu. Ia aminte aşadar şi respinge în orice chip aceste linguşeli ale vrăjmaşului, nu le lăsa să ajungă în inimă, ci alungă-le din primul moment în care se ating de auzul sufletului tău.

Pentru a nu suferi de pe urma acestei primejdii care te ameninţă, ţine-ţi întotdeauna mintea adunată în inimă

şi fii gata întotdeauna să respingi aceste săgeţi ale vrăjmaşului. Stând acolo înăuntru, precum căpetenia de oaste în mijlocul câmpului de bătălie, alege-ţi un loc potrivit de luptă, întăreşte-l precum se cuvine, nu-l părăsi niciodată, ci ascunde-te acolo şi de acolo războieşte-te. Acest loc, întărirea şi armele sale, este conştiinţa sinceră şi adâncă a propriei nimicnicii, că eşti şi sărman, şi orb, şi gol, şi bogat doar în neputinţe, în lipsuri şi fapte necuviincioase, nebuneşti, deşarte şi păcătoase. Aranjându-te astfel, nu îngădui minţii tale niciodată să iasă afară din această întăritură şi îndeosebi înfrâneaz-o de a se preumbla pe ale tale pline de rod, după părerea ta, ţarini şi livezi, adică faptele tale cele bune. Dacă te vei purta astfel, săgeţile mortale ale linguşirii vrăjmaşului nu te vor ajunge, şi chiar dacă vreuna va cădea asupra ta, îndată o vei vedea, o vei respinge şi o vei arunca afară.

Dar precum ostaşii, stând în întăritură, nu îşi petrec timpul în zadar, ci fie exersează metode de luptă, fie îşi repară şi îşi întăresc fortificaţiile, aşa să faci şi tu, adăpostindu-te în conştiinţa nimicniciei tale. Şi iată ce anume trebuie să faci. Mintea, oricum ai ţine-o, tot va fugi, şi nu e de mirare că în aceste fugi va ajunge şi la faptele tale părute bune. De îndată ce va da de ele, vrăjmaşul o va prinde şi o va lovi cu părerea de sine, aşa încât atunci când se va întoarce acasă, ea se va da cu dragă inimă de partea vrăjmaşului şi va încerca să te târască şi pe tine tot acolo. De îndată ce vei observa aceasta, cheamă-ţi mintea la sine şi spune-i: „Ascultă, minte! Tot îmi spui că şi aceasta e bine şi aceea nu e rea. Fie, dar ce are aceasta de-a face cu mine? Te-ai apucat să mă lauzi. Bine, laudă-mă, te ascult. Însă bagă de seamă că dreptatea cere ca tu să mă lauzi doar pentru ceea ce găseşti al meu la mine şi în faptele mele, iar pentru ceea ce este în mine de la Dumnezeu şi de la harul Său, ar

trebui aduse laude şi mulţumiri Izvorului lor. Hai să examinăm ce este al nostru propriu şi ce este al lui Dumnezeu, iar ce este al lui Dumnezeu îl vom atribui Lui, şi ce este al nostru îl vom lăsa nouă. Iar apoi, după ceea ce ne va rămâne, dacă ne va mai rămâne ceva, vom putea stabili contribuţia şi valoarea noastră şi pentru aceea ne vom lăuda.

Aşadar să începem. Să privim la timpul dinainte de a veni noi întru fiinţă. Ce am fost noi atunci? Nimic, şi nimic nu puteam face pentru ca Izvorul a toată viaţa să binevoiască, drept răsplată, să ne dăruiască viaţa. Aceasta este darul liber al lui Dumnezeu către noi, binefacerea lui Dumnezeu, începutul prin care am primit şi celelalte binefaceri ale nemăsuratei Sale milostiviri. Deci să punem aceasta în seama lui Dumnezeu. Apoi am început să trăim. Cum? Nici noi nu ştim. Au trecut mulţi ani în care eu şi cu tine nici n-am ştiut că existăm şi totuşi am existat; dar şi când am băgat de seamă aceasta, nu am putut să facem nimic pentru susţinerea vieţii noastre. Alte mâini s-au îngrijit pentru noi, şi nu de la sine însele, ci prin pronia Atotproniatorului fiecărei vieţi şi fiinţe. Am fost educaţi, îmbrăcaţi, puşi pe picioare. În toate acestea nu era nimic al nostru propriu – deci să le lăsăm deoparte.

Apoi am început să vieţuim singuri. Ce era aici al nostru? Să luăm de exemplu puterea de viaţă şi mijloacele de existenţă; ele nu sunt ale noastre, sunt un dar de la Dumnezeu.

Cunoaşterea nemijlocită a lui Dumnezeu – dar de la Dumnezeu; conştiinţa – dar al lui Dumnezeu; setea după viaţa cerească – dar al lui Dumnezeu. Acestea trei alcătuiesc duhul vieţii noastre, care ne fac să tindem spre înălţime. Tu, mintea mea, nu eşti a mea. Dumnezeu te-a dăruit pe tine mie. Nu sunt ale mele nici puterile care

lucrează în mine, voința cu energiile ei. Nu este a mea simțirea, capabilă să se bucure de viață și de cele dimprejur. Nu este al meu trupul cu toate funcțiile și trebuințele sale, care determină bunăstarea noastră trupească. Toate acestea Dumnezeu le-a dăruit. Și nici eu însumi nu sunt al meu, ci al lui Dumnezeu. Dându-mi viață, Dumnezeu m-a înzestrat cu o complexitate calculată de puteri vitale și m-a dăruit cu conștiință și libertate, legiuind ca eu să-mi stăpânesc toate cele din mine corespunzător cu vrednicia fiecărei părți din ființa mea. În toate acestea nu este nici o pricină de laudă de sine, ci doar îndemn pentru a conștientiza măreția și greutatea datoriei care apasă asupra noastră, și pentru a ne teme de felul cum vom răspunde la întrebarea: ce am făcut cu noi și din noi?

Să ne întoarcem acum spre mijloacele vieții. În noi se află viață trupească, viață sufletească și viață duhovnicească. Pentru fiecare dintre acestea sunt necesare mijloacele proprii de existență și noi le avem pe toate la îndemână, însă toate acestea nu sunt dobândite de noi, ci sunt un dar de la Dumnezeu. Aerul, focul, apa, pământul cu comorile sale: elementele, pietrele, metalele, plantele și animalele, care ne oferă tot ce este necesar pentru hrană, îmbrăcăminte și locuință, nu sunt făcute de noi, ci ne sunt date. Totalitatea noțiunilor necesare nouă despre cele ce ne înconjoară, rânduielile de viață, sociale, politice, artele, meșteșugurile și regulile de activitate în toate aceste domenii noi le găsim de-a gata, fără să ne batem capul cu născocirea lor, ci doar împropriindu-le. Fiecare om care vine pe lume le primește ca moștenire de la înaintașii săi. Iar strămoșii de unde le-au avut? Dumnezeu trimite oameni cu daruri deosebite și cu putere a voinței deosebită, iar aceștia fac noi descoperiri și îmbunătățesc viața omenească. Dar dacă tu i-ai fi

întrebat pe acei descoperitori cum au ajuns la una sau la alta dintre ideile lor, ei ţi-ar fi spus: „Nici noi nu ştim, ne-a venit în minte, s-a dezvoltat, a fost făcută şi a ieşit bine". Aşa a fost întotdeauna, aşa va fi şi până la sfârşitul veacurilor: mijloacele pentru viaţă nu sunt ale noastre, ci Dumnezeu le dă. Aceasta este cu atât mai adevărat în cazul vieţii duhovniceşti, morale şi religioase. Dumnezeu a aşezat în sufletul omului cunoştinţa despre Sine în minte şi despre voia Sa în conştiinţă, înzestrându-le atât pe una, cât şi pe cealaltă cu nădejdea vieţii pururea fericite. Aceasta este sămânţa vieţii veşnice. Ea a fost semănată în noi şi primită în momentul insuflării de către Dumnezeu în noi a scânteii Sale dumnezeieşti de viaţă. Orice om, născându-se, aduce cu sine şi înăuntrul său această sământă, care mai apoi se dezvoltă şi primeşte un anume caracter în funcţie de oamenii care o înconjoară. Ce binecuvântare de nedescris este de a te naşte în mijlocul acelora care trăiesc o adevărată viaţă duhovnicească! Dar priveşte în jurul tău. Noi avem cunoştinţă despre Unul adevăratul Dumnezeu, Cel în Treime închinat; Îl mărturisim pe Fiul lui Dumnezeu, Care S-a întrupat pentru noi şi a făcut totul pentru mântuirea noastră; credem întru Duhul Sfânt, Cel ce cu harul Său ne însufleţeşte şi zideşte în noi viaţa noastră duhovnicească; şi suntem sădiţi în Biserica lui Dumnezeu, primind în ea tot ce ne este de trebuinţă pentru păstrarea şi înălţarea vieţii noastre duhovniceşti, şi suntem însufleţiţi de aşteptarea învierii morţilor şi a vieţii veacului ce va să vie. Şi toate acestea le avem în cea mai curată şi mai pură formă, şi nu sunt de la noi, ci sunt darul lui Dumnezeu. Iată deci cât de bogate sunt mijloacele cu care eşti înconjurat pentru a duce o viaţă firească, o viaţă în toată plinătatea ei, şi nici unul nu este rodul strădaniilor tale – toate ţi-au fost dăruite. Eşti chemat la ospăţul vieţii aşternut de-a gata. Dacă e cazul ca să ne

lăudăm cu ceva în această privinţă, poate numai cu felul în care ne-am folosit de toate acestea. Acesta, atunci când este în putere, reprezintă veşmântul nostru de nuntă. Oare trebuie să ne mândrim cu el? Nu ar trebui mai degrabă să ne temem că, atunci când va veni, preamilostiva şi bogata gazdă a ospăţului ne va spune: „Vedeţi ce ospăţ! Iar voi ce fel de veşminte aveţi?!”.

Să privim acum mai cu de amănuntul şi la acest veşmânt. Veşmântul sufletului este alcătuit în cea mai mare parte din dispoziţiile şi simţirile morale şi religioase care sunt înrădăcinate în el, şi nu doar din fapte. Dar cum aceste dispoziţii şi simţiri sunt ascunse, ele arareori sunt pricină de slavă deşartă şi mândrie; faptele însă, fiind la vedere, sar în ochi şi, chiar şi nevrând, trezesc în cel care le săvârşeşte mulţumirea şi lauda de sine, iar pe martorii faptelor sale îi îndeamnă spre laude dinafară, care întăresc şi adâncesc încă şi mai tare mulţumirea şi trâmbiţarea de sine. Iată deci, să ne privim faptele noastre, dacă se află în ele ceva anume, cu care am putea să ne lăudăm fără de tăgadă.

Să ne amintim că putem să ne lăudăm doar cu ceva care izvorăşte direct din voinţa noastră liberă şi se săvârşeşte de către noi independent de orice altceva. Dar ia aminte cum se lucrează faptele noastre. Cum încep ele? Se creează condiţiile şi conduc spre o anumită acţiune sau alta, iar altădată ne vine în gând să facem ceva şi facem. Dar întrunirea condiţiilor nu este de la noi, iar gândul să facem ceva de asemenea, precum e limpede, nu este al nostru: cineva a sugerat gândul. Aşadar, începutul sau naşterea gândului de a face ceva în asemenea situaţii nu poate sau nu ar trebui să fie obiectul laudei de sine. Şi cât de multe din acţiunile noastre nu sunt de acest fel? Dacă le analizăm conştient, aproape toate sunt aşa. Deci nu avem pentru ce să ne lăudăm.

Dacă putem să ne lăudăm cu ceva, atunci doar cu aceea că puteam să nu facem şi, totuşi, am făcut. Căci oricât ar fi de puternice imboldurile dinafară sau dinăuntru pentru săvârşirea anumitor fapte, hotărârea asupra realizării lor este întotdeauna lucrarea voinţei noastre libere. Dar şi hotărârea pentru faptele bune nu este întotdeauna luată aşa cum se cuvine. O hotărâre este bună atunci când ea se întemeiază pe conştientizarea voii lui Dumnezeu cu privire la o anumită faptă şi pe supunerea faţă de voia Sa. Însă de îndată ce aici intervine ceva străin, îndreptat spre satisfacerea propriei plăceri sau a altora, atunci calitatea hotărârii se întinează şi se întunecă. Uneori ne hotărâm temându-ne de ce vor zice alţii dacă nu facem, alteori aşteptând pentru sine o oarecare satisfacţie sau câştig acum sau în viitor, iar alteori pentru că nu se poate altfel: chiar dacă nu vrem, însă trebuie să facem. Toate aceste fapte nu pot să fie considerate fapte bune pe de-a-ntregul, şi chiar dacă din afară pot părea vrednice de laudă, dar, după valoarea lor dinăuntru, înaintea lui Dumnezeu şi a conştiinţei, ele nu sunt de laudă. Să examinăm deci: câte din faptele noastre sunt astfel? Şi iarăşi trebuie să recunoaştem că aproape toate. Şi din nou reiese că nu avem de ce să ne lăudăm.

Astfel, faptele noastre cele bune, dacă le examinăm cu luare aminte, nu ne îngăduie să deschidem gura nici pentru a ne lăuda înaintea altora şi nici pentru a le trâmbiţa înăuntru înaintea noastră. Iar dacă pe lângă aceasta ne aducem aminte de toate faptele noastre cele vrednice de ocară – deşarte, zadarnice, nefolositoare, dăunătoare, nelegiuite, urâte lui Dumnezeu –, din care, bineînţeles, se găsesc destule, cam ce ar trebui să simţim atunci? Se poate întâmpla ca cineva să zică: cântăreşte atât una cât şi cealaltă parte şi, în funcţie de care va precumpăni, să te judeci pe tine în consecinţă. Dar o

astfel de metodă nu este potrivită în aceste cazuri. Faptele pornesc dinăuntru. Dacă există fapte rele, înseamnă că cele dinăuntru ale noastre nu se află în stare bună, iar această stare determină valoarea noastră înaintea lui Dumnezeu – cea mai esenţială valoare. Dacă ea nu poate fi lăudată, atunci întreg omul nu este vrednic de laudă.

Voi mai adăuga ceva: toate faptele noastre săvârşite la vedere în familie, în societate, la serviciu, constituie comportarea noastră. Dacă ne uităm împrejur, nu putem decât să spunem că, în general, comportarea noastră este în cea mai mare parte corectă. Dar dacă este tot aşa de corectă şi starea noastră interioară – aceasta nu o putem susţine. Ochii celor care ne înconjoară au o puternică influenţă asupra intenţiilor noastre. Aceşti martori ne forţează să nu dăm libertate răutăţii care se iveşte în inimă; noi ne abţinem de la rău, iar comportarea noastră apare corectă. Dacă nu ar fi ei, comportarea noastră s-ar arăta cu totul altfel. Dar şi aşa ea este astfel de îndată ce ne încredinţăm că nu suntem văzuţi de nici un ochi străin. Şi se întâmplă la unii că de îndată ce circumstanţele exterioare se schimbă, iar ei pot să trăiască mai în libertate, tot ceea ce era înainte ascuns de frica privirii altora izbucneşte în afară, iar omul corect de mai înainte se arată şi beţiv, şi desfrânat, şi chiar hoţ. Toate aceste înclinaţii rele nu s-au născut acum. Ele existau, dar nu erau slobode, iar acum li s-a dat libertate şi s-au arătat. Însă chiar dacă toate acestea erau numai înăuntru, totuşi, se poate spune că întreg omul era astfel – beţiv, desfrânat, hoţ – indiferent de înfăţişarea lui exterioară diferită. Deci ia aminte bine, oare nu faci şi tu parte din această categorie? Dacă *da*, chiar şi numai într-o anumită măsură, nu ţi se cuvine să te mândreşti sau să primeşti laude.

Să tragem linie. Dacă îţi vei examina mai adesea viaţa după modelul celor spuse mai sus, atunci de câte ori vrăjmaşul va începe să-ţi trâmbiţeze în urechi cât de bun eşti, acea trâmbiţare nu va mai găsi ecou înăuntrul tău în părerea de sine şi în încuviinţarea de sine, ci, dimpotrivă, va fi respinsă de fiecare dată cu cele mai smerite şi umilite gânduri şi simţăminte despre tine.

CAPITOLUL 35

Câteva sfaturi de folos pentru biruinţa asupra patimilor şi dobândirea virtuţilor

Deşi ţi-am spus deja multe până acum, arătându-ţi mijloacele pe care se cuvine să le foloseşti pentru a birui patimile şi a dobândi virtuţile, totuşi trebuie să mai adaug şi alte câteva poveţe.

Şi în primul rând îţi zic aceasta: în dobândirea virtuţilor nu urma, frate, exemplul acelora care pe parcursul celor şapte zile ale săptămânii îşi aranjează lucrarea duhovnicească astfel încât o zi să slujească unei anumite virtuţi, alta alteia şi aşa mai departe, neluând în seamă dacă le este de folos una sau alta în vremea de faţă. Nu, nu se cuvine să acţionezi astfel, ci înarmează-te în special împotriva acelei patimi care te necăjeşte cel mai mult, care nu numai o dată te-a biruit şi chiar şi acum se pregăteşte să năvălească din nou asupra ta. Înarmează-te împotriva ei cu toată puterea, sileşte-te să întăreşti în tine virtutea opusă acelei patimi, folosind toate lucrările şi nevoinţele potrivite pentru aceasta. Căci cu cât mai repede reuşeşti în această privinţă, cu atât vei însufleţi în tine şi celelalte virtuţi şi te vei îmbrăca în ele ca într-o armură, care te va ocroti de toate săgeţile patimilor. Inima noastră este din fire plină de bune dispoziţii, dar patimile vin şi le înăbuşă. Aceste patimi

nu sunt în toţi în aceeaşi măsură, ci într-unul predomină una, într-altul alta, care stăpâneşte peste celelalte. De îndată ce o vei alunga pe cea principală, toate celelalte vor slăbi şi se vor îndepărta de la sine; când aceasta se va întâmpla, atunci bunele dispoziţii, eliberându-se de sub jug, vor primi în tine puterea lor proprie şi vor fi totdeauna gata, stând la uşa inimii tale, să îţi slujească de fiecare dată când va fi nevoie.

În al doilea rând, să nu fixezi un anumit timp pentru dobândirea virtuţilor, nici zile, nici săptămâni, nici luni, nici ani, zicând întru sine: „mă voi osteni, apoi mă voi odihni şi, după ce mă voi odihni, iarăşi mă voi apuca de aceeaşi osteneală". Nu, aici nu se cuvine să te odihneşti. Pregăteşte-te pentru osteneală neîntreruptă, nevoinţă şi luptă, neîngăduind nici un gând de slăbiciune, urmând Sfântului Apostol Pavel, care vorbeşte despre sine: *alerg – gonesc, că doară voi ajunge – cu osârdie gonesc* (cf. I Cor. 9, 26; Fil. 3, 12, 14). A te opri pentru odihnă pe calea virtuţilor înseamnă a nu câştiga noi puteri, ci a risipi cele agonisite şi a slăbi; iar aceasta este unul şi acelaşi lucru cu a te întoarce înapoi sau a dărâma ceea ce ai construit cu trudă. Prin *a te opri* eu înţeleg a crede că ai dobândit deja virtutea cu desăvârşire, neţinând cont de lipsurile ei şi pierzând prilejurile care apar de a lucra binele. Nu fi aşa, ci totdeauna fii treaz şi râvnitor. Nu-ţi închide ochii şi nu-ţi întoarce capul când întâlneşti astfel de prilejuri, ci dimpotrivă, caută-le şi tinde spre ele. Priveşte spre ele cu dragoste, spre toate, mai ales spre acelea care presupun unele osteneli pentru a le săvârşi. Încordarea puterilor pentru îndepărtarea piedicilor ce apar pe calea săvârşirii binelui ne va face să dobândim mai repede obişnuinţa virtuţii şi va adânci rădăcinile ei în inima noastră. Evită în tot chipul doar acele situaţii care, deşi îţi dau prilejul de a

manifesta virtutea întregii înţelepciuni (adică a neprihănirii trupeşti şi sufleteşti), te pun în primejdie de a fi aprins de pofta necurată. Mai bine este să nu laşi acest foc să se apropie de mădularele tale, ca să nu te frigi şi să nu arzi.

În al treilea rând, să fii înţelept şi chibzuit când îţi hotărăşti sarcina nevoinţelor trupeşti – posturile, privegherile, muncile ostenitoare şi cele asemenea. Ele sunt de neapărată trebuinţă şi să nu-ţi închipui că poţi reuşi în viaţa duhovnicească fără ele, dar trebuie şi să ştii să păstrezi o măsură înţeleaptă în ceea ce le priveşte. Această măsură este calea de mijloc între răsfăţul trupului şi nemiloasa vlăguire a lui fără de pricină şi de nevoie. Această cale de mijloc să o cauţi prin încercare şi lucrare, iar nu prin teorie. Ia ca rânduială pentru aceasta progresul treptat, mergând de la cele de jos spre cele de sus. Caută şi vei găsi. În ceea ce priveşte virtuţile dinăuntru, sufleteşti, precum: dragostea pentru Dumnezeu, lepădarea de lume, micşorarea de sine, părăsirea patimilor şi a păcatelor, răbdarea şi blândeţea, pacea cu toţi, chiar şi cu cei care ne urăsc şi ne amărăsc, şi altele asemenea, în cazul acestora nu este de trebuinţă nici o măsură determinată, iar progresul lor treptat se stabileşte de la sine acolo înăuntru. Partea ta este să te sileşti neîncetat şi cu toată puterea la toată lucrarea necesară lor şi să o săvârşeşti totdeauna, fără amânare şi tărăgănare. În aceasta constă toată înţelepciunea şi puterea ta.

În al patrulea rând, în mijlocul acestor lucrări, cugetă cu tot gândul, doreşte cu toată dorinţa şi caută cu toată inima numai cum să biruieşti acea patimă cu care te lupţi acum şi care te luptă, iar în locul ei să repui în stăpânire acea virtute care îi este opusă şi care acum este înăbuşită. Doar aceasta să fie pentru tine toată lumea, tot cerul şi pământul, toată comoara ta şi ultimul tău ţel, cu

convingerea că numai cu aceasta poţi să fii bineplăcut lui Dumnezeu. De mănânci sau posteşti, de te osteneşti sau te odihneşti, de dormi sau priveghezi, de stai în casă sau te afli în afara ei, de te îndeletniceşti cu rugăciunile sau cu treburile vieţii, toate acestea să fie îndreptate doar spre un singur lucru: să biruieşti asupra patimii care este stârnită în tine şi să repui în putere virtutea pe care aceea a alungat-o. Despre biruinţa asupra patimii tale principale eu am pomenit mai sus, iar aici se înţelege patima care te luptă în momentul de faţă, fie că este cea principală sau alta. Precum în războiul văzut uneori se întâmplă să intri în luptă cu un detaşament condus de însuşi comandantul principal, iar alteori cu unul care este condus de un simplu ofiţer, aşa se petrec lucrurile şi în războiul duhovnicesc: nu întotdeauna luptă patima principală, uneori ea trimite în locul său ajutoarele sale şi adeseori cu acestea trebuie să ai de-a face mai mult decât cu aceea. Însă şi în aceste situaţii ai datoria să biruieşti nu mai puţin decât în celelalte.

În al cincilea rând, să fii vrăjmaş neîmpăcat al oricărui confort pământesc şi al tuturor plăcerilor simţurilor care se nasc din îngăduinţa de sine şi o hrănesc. Astfel vei suferi mai uşor nu numai atacurile trupeşti, ci şi în general cele ale tuturor patimilor. Căci toate acestea sunt înrădăcinate în îngăduinţa de sine, iar prin înăbuşirea şi tăierea acesteia, ele, neavând pe ce să se sprijine, îşi pierd puterea, îndărătnicia şi fermitatea. Să nu fii ispitit de gândul: „îmi voi îngădui doar o distracţie, voi gusta doar o plăcere". Căci chiar dacă acest lucru nu va fi un păcat în sine, dar, de vreme ce pleacă de la îngăduinţa de sine, în acel moment de slăbiciune toate patimile îşi vor ridica capul şi vor începe să se zvârcolească precum nişte viermi striviţi atunci când torni apă peste ei. Şi nu este de mirare dacă una dintre ele se va aprinde

cu o asemenea putere încât lupta cu ea va fi aspră şi biruinţa asupra ei îndoielnică. Apoi nu uita niciodată aceste cuvinte ale dumnezeieştii Scripturi: *cel ce îşi iubeşte sufletul său* (adică cel care este îngăduitor faţă de sine) *îl va pierde, iar cel ce îşi urăşte sufletul în lumea aceasta* (adică cel care nu cedează îngăduinţei de sine) *îl va păstra pentru viaţa veşnică* (In. 12, 25). *Drept aceea, fraţilor, datori suntem nu trupului, ca să vieţuim după trup. Că de vieţuiţi după trup, veţi muri, iar de veţi omorî cu Duhul faptele trupului, veţi fi vii* (Rom. 8, 12-13).

În al şaselea rând şi ultimul îţi dau acest sfat: este foarte de folos sau, mai bine zis, cu totul indispensabil, ca mai înainte de toate să faci o spovedanie generală, cu toată atenţia cuvenită şi cu toate rânduielile, examinările interioare şi hotărârile necesare pentru aceasta, pentru ca astfel sufletul tău să se umple de încredinţarea deplină că stai în harul lui Dumnezeu, singurul Dăruitor al tuturor darurilor duhovniceşti, al virtuţilor şi biruinţelor.

CAPITOLUL 36

Despre ordinea dobândirii virtuţilor

Deşi adevăratul ostaş al lui Hristos, care doreşte din toată inima să ajungă la plinătatea desăvârşirii, nu trebuie să-şi pună nici un fel de hotare strădaniei sale de a reuşi întru toate, totuşi îi este necesar să-şi înfrâneze cu chibzuială şi să-şi îndrepteze bine pornirile excesive ale râvnei duhovniceşti. Aceste porniri, îndeosebi la început, de obicei se aprind dintr-o dată cu mare putere şi ne împing înainte fără a putea fi stăvilite, apoi slăbesc şi se sting cu totul, lăsându-ne neputincioşi în mijlocul drumului. De aceea nu doar virtuţile exterioare – trupeşti – trebuie dobândite încetul cu încetul, urcând ca pe o scară din treaptă în treaptă, ci şi virtuţile interioare – duhovniceşti – se cuvine să fie câştigate într-o anumită ordine,

căci numai aşa puţinul nostru se face degrabă mult şi rămâne pentru totdeauna în noi. Astfel, de pildă, în încercarea de a dobândi virtutea interioară a răbdării nu se poate dintr-o dată să doreşti nedreptăţi, ocări şi toate celelalte neplăceri, să le râvneşti şi să te bucuri de ele, deşi poţi să le suferi cu răbdare când le întâlneşti; căci o astfel de dorinţă şi bucurie sunt treptele cele mai înalte ale răbdării şi pentru a ajunge la ele trebuie să treci prin cele mai joase, care sunt: defăimarea de sine cu smerenie, considerându-te vrednic de toată ocara; înăbuşirea dorinţelor de răzbunare, ura faţă de orice gând de răzbunare şi altele asemenea.

Încă te mai sfătuiesc şi aceasta: nu te apuca dintr-o dată de toate virtuţile, nici chiar de câteva dintre ele, ci întemeiază-te înainte bine într-una, iar apoi treci la cea de-a doua. Lucrând astfel, fiecare obicei virtuos se va înrădăcina mai uşor şi mai cu tărie în suflet. Căci atunci când te vei nevoi neîncetat îndeosebi într-o virtute, atunci şi aducerea ta aminte va fi ocupată aproape numai cu ea, iar mintea ta, fiind astfel legată de cugetarea la aceasta, mai repede va deveni mai iscusită în căutarea prilejurilor şi mijloacelor de a o săvârşi, iar voia ta se va lipi de ea mai repede şi cu mai mare dorinţă. Toate acestea sunt ajutoare puternice în lucrarea dobândirii obişnuinţelor virtuoase, pe care le vei aştepta în zadar, dacă dintr-o dată te vei apuca de mai multe virtuţi.

Pe de altă parte, chiar şi înseşi lucrările unei singure virtuţi, fiind de acelaşi fel şi asemănătoare între ele, din pricina acestei asemănări a felului lucrării, se vor face din ce în ce mai puţin ostenicioase şi vor face mai grabnică trecerea la o altă virtute. Căci în mod obişnuit o virtute o naşte pe cealaltă, asemănătoare ei, şi îi ajută prin însăşi faptul că, întemeindu-se în inimă, o predispune pe aceasta spre primirea virtuţii înrudite cu ea, pregătindu-i loc acolo.

Acest sfat al meu este vrednic de crezare şi adevărat, şi noi ştim din experienţă că acela care se deprinde bine şi cu toată osârdia într-o virtute, acela nu numai că învaţă dinainte cum să se deprindă şi într-alta, ci, prin sporirea deprinderii în ea, trezeşte, creşte şi întăreşte şi pe toate celelalte virtuţi, căci ele sunt de nedespărţit între ele, fiind toate raze care izvorăsc de la una şi aceeaşi lumină dumnezeiască.

CAPITOLUL 37

Ce dispoziţie trebuie să avem pentru a câştiga virtuţile şi cum să le deprindem pe fiecare dintre ele

Pentru câştigarea virtuţilor trebuie să avem un suflet viteaz şi mare, cu o voinţă puternică şi hotărâtă, iar nu slabă şi moale. El trebuie să se aştepte la multe piedici şi osteneli grele şi trebuie să fie gata să le poarte pe toate. La temelia unei asemenea dispoziţii trebuie să fie o dragoste puternică pentru fiecare virtute şi pentru întreaga viaţă virtuoasă, precum şi o râvnă înflăcărată pentru dobândirea lor. În aceasta constă forţa care ne pune în mişcare pe calea ostenitoare a virtuţii şi ea trebuie să fie aprinsă neîncetat, ca să nu slăbească şi să nu se stingă, căci atunci inevitabil toată mişcarea se va opri. Deci nu te lenevi să-ţi înfierbânţi râvna pentru virtute, cugetând şi simţind din inimă cât de plăcută îi este lui Dumnezeu viaţa virtuoasă, cât de frumoasă şi înaltă este virtutea însăşi şi cât este ea de necesară şi de binefăcătoare pentru noi, căci în ea este începutul şi sfârşitul adevăratei noastre desăvârşiri şi sporirea noastră.

De aceea, în fiecare dimineaţă străduieşte-te să examinezi cu toată atenţia şi să anticipezi ce ocazii pot apărea în timpul zilei pentru săvârşirea uneia sau alteia dintre faptele bune, însoţind aceasta cu dorinţa şi

hotărârea de a te folosi neapărat de aceste prilejuri; iar seara examinează-te dacă şi cum ai împlinit bunele gânduri şi dorinţe de dimineaţa. Apoi în dimineaţa următoare reînnoieşte aceleaşi intenţii şi dorinţe, cu cea mai vie râvnă şi dorinţă de a le împlini negreşit.

Toate acestea străduieşte-te să le îndreptezi spre deprinderea acelei virtuţi pe care ţi-ai propus să o dobândeşti în prezent. De asemenea, şi pildele sfinţilor şi rugăciunile şi cugetările la viaţa şi patimile Mântuitorului Hristos, şi toate celelalte care sunt de folos şi necesare pentru a reuşi în virtute şi în viaţa duhovnicească, trebuie să aibă în vedere în special acea virtute cu care te îndeletniceşti. Dar şi toate întâmplările zilei, oricât ar fi de diferite, străduieşte-te să le foloseşti pe cât posibil astfel încât ele nu numai să nu împiedice, ci dimpotrivă, să întărească şi să înrădăcineze obişnuinţa acelei virtuţi pe care râvneşti să o dobândeşti acum.

Ţinta unei astfel de obişnuinţe trebuie să fie de a ajunge la starea în care lucrările virtuţii, dinăuntru sau dinafară, să fie săvârşite cu aceeaşi uşurinţă şi promptitudine cu care erau făcute mai înainte faptele opuse lor sau, mai degrabă, cu care sunt îndeplinite în mod obişnuit trebuinţele fireşti ale firii noastre. Iar aceasta înseamnă a ne obişnui cu virtuţile în aşa fel încât să devină ca şi fireşti pentru noi. Totodată îţi reamintesc ce am spus mai înainte: cu cât mai multe piedici dinăuntru şi dinafară vom întâmpina în străduinţa noastră de a dobândi o virtute, cu atât mai repede şi mai adânc se va înrădăcina aceasta în sufletul nostru, dacă ne vom sili să le biruim cu hotărâre desăvârşită şi fără cruţare de sine.

Anumite cuvinte potrivite ale dumnezeieştilor Scripturi, dacă sunt rostite de noi cu glas tare sau chiar şi numai în minte, au o putere minunată de a întipări în minte chipul virtuţii râvnite şi de a trezi în inimă dorinţa

de a o câştiga. Şi cât de mare este ajutorul dat de acestea celui râvnitor să dobândească virtutea! Deci găseşte astfel de locuri ale Scripturii despre virtutea căutată de tine şi învaţă-le, pentru ca să le ai întotdeauna la îndemână, şi apoi repetă-le în minte cât poţi de des, îndeosebi când începe să se pună în mişcare patima opusă ei.

De pildă, când te osteneşti să câştigi virtutea răbdării, poţi să alegi, să înveţi pe de rost şi să repeţi adesea următoarele locuri din Scriptură: *Omul cel mult răbdător este cu mare înţelepciune* (Pild. 14, 30). *Răbdarea săracilor nu va pieri până în sfârşit* (Ps. 9, 18). *Vai, vouă, celor ce aţi pierdut răbdarea!* (Sir. 2, 15). *Mai bun este omul îndelung răbdător decât cel tare, iar cel ce-şi stăpâneşte mânia mai bun este decât cel ce ia cetate tare* (Pild. 16, 34). *Întru răbdarea voastră veţi dobândi sufletele voastre* (Lc. 21, 19). *Prin răbdare să alergăm la lupta ce ne stă înainte* (Evr. 12, 1). *Iată, fericim pe cei ce au răbdat* (Iac. 5, 11). *Fericit bărbatul care rabdă ispită* (Iac. 1, 12). *Iar răbdarea lucru desăvârşit să aibă* (Iac. 1, 4). *De răbdare aveţi trebuinţă* (Evr. 10, 36).

La acestea se mai pot adăuga şi scurte chemări de rugăciune proprii, precum: „Dumnezeul meu, când se va întrarma inima mea cu arma răbdării?"; „Oare când voi îndura cu inimă împăcată orice neplăcere, ca să se bucure Dumnezeul meu de mine?"; „O, cât de iubite sunteţi voi mie, durerilor, care mă faceţi asemenea Domnului meu Iisus, Care a pătimit pentru mine!"; „Iisuse al meu! Dă-mi mie ca măcar din când în când să petrec cu linişte în mijlocul a mii de dureri, pentru slava numelui Tău!"; „Fericit voi fi dacă şi în mijlocul focului necazurilor mă voi aprinde de dorinţa de a îndura mai mari chinuri!".

Astfel de rugăciuni se cuvine să le folosim, pentru a spori în virtute, precum ne îndeamnă duhul credinţei şi

evlaviei, adaptându-le de fiecare dată la virtutea pe care urmărim să o deprindem în special. Astfel de rugăciuni scurte ar trebui să fie numite cu dreptate, după cum spune prorocul, *suişuri puse în inimă* (cf. Ps. 83, 6), care, pornind din inima plină de credinţă şi nădejde, urcă la cer şi ajung la urechile lui Dumnezeu. Acestea sunt *suspinele* pe care ochii lui Dumnezeu cel milostiv le văd întotdeauna (cf. Ps. 37, 9). Acestea sunt *glasurile* care întotdeauna sunt auzite şi înţelese (cf. Ps. 5, 2) de mult înduratul Dumnezeu. Nu trebuie să uiţi să adaugi la toate acestea două încredinţări, precum două aripi: prima, că Dumnezeu se bucură văzându-ne că ne ostenim să dobândim virtuţile, şi a doua, că dorind înflăcăraţi a ne desăvârşi în virtuţi, noi nu căutăm nimic altceva decât să fim bineplăcuţi lui Dumnezeu.

CAPITOLUL 38

Trebuie să ne deprindem în virtuţi cu toată osârdia şi neîncetat

Pentru dobândirea virtuţilor trebuie să acţionăm în aşa fel încât să fim întotdeauna *tinzând spre cele dinainte* (cf. Fil. 3, 13), dacă dorim să atingem degrabă şi cu succes ţelul propus. Căci de îndată ce ne vom opri, chiar şi pentru puţină vreme, numaidecât vom da înapoi. Aceasta se întâmplă deoarece atunci când, din pricina trândăviei şi îngăduinţei de sine, întrerupem faptele bune, patimile, care erau înăbuşite de osteneala osârdnică pentru dobândirea virtuţii, îndată îşi înalţă capul, potrivit înclinaţiei noastre spre senzualitate şi cruţare de sine, se însufleţesc şi trezesc mişcări şi pofte fără de rânduială, mai ales atunci când condiţiile noastre exterioare le înlesnesc. Iar astfel de mişcări întotdeauna tulbură şi slăbesc bunele noastre deprinderi şi, ceea ce este foarte primejdios, ne lipsesc de umbrirea binefăcătoare a

harului, fără de care nimic cu adevărat bun şi duhovnicesc nu poate fi dobândit.

Să ştii că mersul căii vieţii duhovniceşti se deosebeşte mult de călătoriile obişnuite pământeşti. În drumul pământesc, atunci când călătorul se opreşte, el nu pierde nimic din calea parcursă mai înainte, însă în călătoria duhovnicească, dacă cel care parcurge drumul virtuţii se opreşte, el pierde multe din virtuţile dobândite înainte, aşa cum am spus. În călătoriile obişnuite, cu cât mai departe merge călătorul, cu atât mai mult creşte oboseala sa; însă în mersul căii vieţii duhovniceşti, cu cât mai mult călătoreşte cineva, *tinzând spre cele dinainte*, cu atât mai mult dobândeşte tărie şi putere pentru continuarea călătoriei.

Pricina acestui fapt este că, prin ostenelile depuse pe drumul virtuţii, slăbeşte din ce în ce mai mult partea noastră inferioară, adică trupul, care prin opoziţia sa faţă de duh face calea virtuţii aspră şi foarte obositoare; în vreme ce duhul, partea cea superioară, unde locuieşte virtutea, se întăreşte din ce în ce mai mult şi se face puternic. De aceea, cu cât mai mult sporim în virtuţi şi în bine, cu atât mai mult se micşorează osteneala chinuitoare pe care o întâmpinăm când începem să mergem pe această cale. Pe lângă aceasta, o oarecare ascunsă dulceaţă, trimisă de la Dumnezeu, pătrunde în inimile noastre şi se măreşte odată cu trecerea timpului. Astfel, tinzând spre cele dinainte cu din ce în ce mai multă dorinţă şi putere, cu uşurinţă ne suim de la o virtute la alta şi ajungem în cele din urmă la vârful desăvârşirii duhovniceşti, unde sufletul începe să facă tot binele nu cu silă şi fără de nici o tragere de inimă, ci cu râvnă şi bucurie. Căci, supunând şi biruind patimile şi renunţând la toate cele ce ţin de făpturi, el trăieşte acum în Dumnezeu, şi acolo, în mijlocul ostenelilor duhovniceşti bine primite, gustă neîncetat dulcea odihnă.

CAPITOLUL 39

Nu trebuie să eviţi prilejurile de a face bine

De voieşti să tinzi totdeauna spre cele dinainte pe calea virtuţii, fără a te opri, se cuvine să iei bine seama şi în nici un chip să nu îngădui să-ţi scape din mână ceea ce ţi-ar putea sluji ca prilej pentru dobândirea virtuţii. Căci nu fac bine cei care fug cu toată puterea lor de orice piedici pe calea virtuţii, care, totuşi, le-ar fi putut sluji la înaintarea cu spor pe această cale. De pildă, dacă doreşti să dobândeşti deprinderea răbdării, atunci nu ar trebui să te fereşti de acele persoane, lucruri şi împrejurări care te scot cel mai mult din răbdări. Ci întâmpină-le cu dragă inimă, cu hotărârea fermă de a te preda pe sine lucrării lor neplăcute asupra ta, pregătindu-te însă să înduri aceasta cu o linişte neclătinată a duhului. Dacă vei proceda în alt chip, niciodată nu vei deprinde răbdarea.

Tot aşa se cuvine a proceda şi faţă de orice lucrare care nu îţi place fie de la sine, fie pentru că a fost pusă asupra ta de un om pe care nu îl iubeşti, sau pentru că te abate de la lucrul care îţi place. Deci nu se cuvine să o eviţi, ci dimpotrivă, să te apuci de ea fără împotrivire, iar apoi să o săvârşeşti până la capăt, ca şi cum ar fi pentru tine cea mai plăcută lucrare, nelăsându-ţi deloc inima să fie tulburată de ea şi mai ales de gândul că, dacă n-ar fi fost această lucrare, atunci ai fi fost liniştit cu desăvârşire. Altminteri nu te vei învăţa niciodată cum să depăşeşti necazurile pe care le vei întâmpina, şi nici adevărata odihnă pe care o cauţi nu o vei dobândi, fugind de astfel de prilejuri, bineînţeles, din cruţare de sine, căci pacea nu locuieşte în inimile care sunt îngăduitoare faţă de sine.

La fel te sfătuiesc să faci şi în ceea ce priveşte gândurile care năvălesc câteodată asupra ta şi îţi tulbură

mintea cu aducerile aminte despre nedreptăţile omeneşti şi alte lucruri necuvenite. Nu le alunga şi nu le înăbuşi, până când ele nu vor ceda singure, dar nu din pricina împotrivirii faţă de ele, ci a răbdării cu care le vei suporta. Lasă-le să te tulbure şi să te neliniştească chinuitor, însă să ştii că odată cu aceasta ele te vor învăţa şi să înduri cu răbdare neplăcerile în general. Cel care îţi va vorbi altfel despre aceasta, povăţuindu-te că e mai bine să fugi de astfel de nelinişti întâmplătoare, acela te sfătuieşte să pui capăt năzuinţei spre virtutea pe care râvneşti să o dobândeşti.

Este adevărat că ostaşul nou începător, fiind neiscusit în luptă, face mai bine când fuge de împrejurări tulburi, ca şi cum le-ar dispreţui, decât atunci când se expune acţiunii lor şi li se împotriveşte. Totuşi nici lui nu i se cuvine de fiecare dată să întoarcă spatele şi să dea înapoi, ci uneori trebuie să lupte cu atacatorii cu toată atenţia şi precauţia, alteori să nu-i ia în seamă, în funcţie de progresele lui în virtute şi de puterea pe care a dobândit-o prin acestea. Doar în ceea ce priveşte pofta trupească nu trebuie procedat astfel: acolo trebuie să fugi, să fugi de toate împrejurările care pot trezi şi aprinde această patimă, din pricina felului ei de nestăpânit şi a vicleniilor înşelătoare ale vrăjmaşului, prin care el ştie să aranjeze mişcările trupeşti, pentru a-l împinge pe om spre satisfacerea lor.

CAPITOLUL 40

Se cuvine a iubi toate prilejurile ce duc la câştigarea faptelor bune şi îndeosebi pe cele ce necesită mai multă osteneală

Nu trebuie, iubite, cu nici un chip să fugi de cele ce ţi se pot face prilejuri pentru dobândirea virtuţilor, ci,

mai ales, se cuvine să întâmpini întotdeauna cu bucurie asemenea ocazii, de îndată ce ţi se vor arăta, socotind că sunt mai de seamă şi mai bine primite acele împrejurări care sunt neplăcute inimii tale şi nu-ţi trezesc nici o simpatie. Îţi prezic că, întemeindu-te pe ajutorul lui Dumnezeu, vei reuşi să procedezi astfel cu adevărat dacă vei întipări bine în mintea ta următoarele gânduri.

Întâi trebuie să înţelegi că prilejurile de a lucra virtutea pe care le întâlneşti sunt pentru tine cele mai potrivite mijloace de a o dobândi, fiind dăruite ţie de Dumnezeu pentru rugăciunile tale. Dorind să dobândeşti virtutea, tu, bineînţeles, te-ai rugat lui Dumnezeu să ţi-o dăruiască; rugându-te pentru ea, tu nu ai putut să nu te rogi şi pentru căile şi mijloacele pentru primirea acestui dar. Dar Dumnezeu nu dă, de pildă, virtutea răbdării fără necazuri şi nici virtutea smereniei fără prilejurile aducătoare de smerenie ale ocărilor şi necinstirilor. De aceea, după ce te-ai rugat pentru aceste virtuţi, El ţi-a şi trimis prilejurile corespunzătoare lor. Deci ce faci tu acum, dacă fugi de ele şi le eviţi? Respingi ajutorul lui Dumnezeu, pentru care te-ai rugat, şi îţi baţi joc de darul Lui.

Deci hotărăşte-te să întâmpini cu dragoste prilejurile întâlnite pentru a lucra virtutea, şi cu atât mai multă dragoste, cu cât ele îţi cer mai multă osteneală. Căci în aceste împrejurări acţiunile noastre virtuoase presupun mai multă bărbăţie şi arată mai mare putere morală şi prin aceasta noi facem de fiecare dată paşi însemnaţi pe calea virtuţii, ceea ce ar trebui să fie întotdeauna unicul nostru scop.

Menţionez, totuşi, că atunci când te sfătuiesc să foloseşti îndeosebi prilejurile importante de a dobândi virtutea, nu intenţionez să-ţi sugerez să le dispreţuieşti pe cele mai puţin importante şi să le pierzi din nebăgare de seamă. Nu! Trebuie să te foloseşti şi de unele şi de altele

neabătut, pentru a te afla întotdeauna în osteneală pentru virtute. De pildă, trebuie să suporţi cu răbdare nu numai ocara neruşinată, ponegrirea sau chiar şi loviturile, dacă ţi se întâmplă, ci şi privirea chiorâş, atitudinea dispreţuitoare sau un cuvânt ironic. Acţiunile noastre cuvenite în aceste împrejurări de mai mică importanţă, având posibilitatea să se repete mai des, pentru că astfel de ocazii sunt mai multe, menţin în neîntreruptă exersare puterea noastră morală şi prin aceasta ne întăresc să ne purtăm cum se cuvine în situaţiile mai importante. Pierzând din negrijă aceste ocazii, noi slăbim puterea noastră morală şi o facem mai neputincioasă în lucrurile importante.

În al doilea rând întăreşte în tine convingerea şi credinţa că toate cele ce ni se întâmplă au loc după voia lui Dumnezeu, spre folosul nostru, pentru ca prin acestea să câştigăm un anume rod duhovnicesc. Şi chiar dacă despre unele din ele, cum ar fi păcatele noastre sau ale altora, nu se poate spune că ele provin din lucrarea voită a lui Dumnezeu, totuşi nici ele nu au loc fără voia lui Dumnezeu, Care le îngăduie pentru înţelepţirea şi smerirea noastră. În ceea ce priveşte necazurile şi suferinţele care se întâmplă din vina noastră sau din răutatea altora, acestea le trimite Dumnezeu Însuşi, dorind ca noi să pătimim şi să suferim pentru a dobândi binecuvântarea virtuţii, pe care o vom primi fără îndoială, dacă vom îndura cum se cuvine cele pe care El ni le-a trimis. De asemenea ele se pot întâmpla şi pentru alte judecăţi ale Sale, ascunse nouă, dar totuşi drepte şi binecuvântate.

Fiind astfel încredinţat că Însuşi Dumnezeu voieşte ca tu să înduri greutatea şi scârba pe care o întâmpini, fie provenind din răutatea altora, fie adusă asupra ta de lucrările tale cele nedrepte, tu nu vei mai sta acum să gândeşti sau să spui, precum fac unii: „Nu, aceasta nu

este de la Dumnezeu, este o nedreptate şi o fărădelege, iar Dumnezeu nu vrea fărădelegea şi se întoarce cu dispreţ de la aceasta şi de la cei care o săvârşesc". Prin aceasta ei vor să-şi îndreptăţească nerăbdarea lor şi pornirile de mânie şi răzbunare în faţa nedreptăţii, dar nu fac decât să se revolte împotriva hotărârii lui Dumnezeu şi să încerce să arunce de pe ei crucea mântuitoare rânduită de Dumnezeu pentru binele lor, pe care dacă ei ar fi ridicat-o şi ar fi dus-o cu mărinimie, fără îndoială că ar fi bineplăcut Lui. Şi ce câştigă cu aceasta? Aruncă crucea, dar nu pot să scape de ea, pe Dumnezeu Îl supără, nu-şi găsesc tihna; dimpotrivă, la necazuri adaugă tulburare şi iritare fără rost, făcându-şi starea lor insuportabilă. În vreme ce dacă ar fi îndurat cu mărinimie cele întâmplate, atunci ar fi avut şi pace, ar fi atras şi bunăvoinţa lui Dumnezeu asupra lor şi ar fi gustat şi din belşug din rodul cel duhovnicesc. Deci să-ţi fie aceasta de învăţătură: când întâmpini nedreptăţi, injurii şi atacuri, nu le da nici o atenţie, oricât de nedrepţi ar fi cei ce ţi le pricinuiesc, ci aţinteşte-ţi luarea aminte doar la faptul că Dumnezeu a îngăduit cele întâmplate pentru binele tău şi că te lipseşti de acest bine dacă dai frâu liber nerăbdării, iritării şi tulburării. Şi nu căuta să afli pentru ce anume Dumnezeu a îngăduit aceasta. Crezi că Dumnezeu este întotdeauna drept şi milostiv? Atunci crede că şi în cazul de faţă El arată faţă de tine dreptate şi milă, deşi nu vezi cum, aducându-ţi aminte de felul cum Domnul îi fericeşte pe cei care procedează astfel: *Fericiţi cei ce n-au văzut şi au crezut* (In. 20, 29).

Oare crezi că şi ţie personal se adresează cuvintele Domnului: *Ia-ţi crucea ta* (cf. Mar. 10, 21)? Dacă crezi, atunci ia-o. Iată că a aşezat-o Domnul asupra ta în cazul necazului de faţă. Să nu spui: „este foarte grea". Dumnezeu ştie mai bine decât tine măsura puterii tale.

Unora Dumnezeu le trimite neplăceri şi scârbe aduse asupra lor de cursul evenimentelor, nedepinzând deloc de oameni; acestea sunt mai uşor de îndurat. Altora le trimite din cele care sunt pricinuite de oameni: acestea sunt mai grele, mai ales când mâhnirea pricinuită nu poate fi considerată fără intenţie şi, încă mai mult, când acelor oameni le-am făcut cândva bine. Ultima situaţie este cea mai grea. Dacă chiar aceasta ţi-a trimis-o Dumnezeu, atunci să ştii că ea este cea mai potrivită pentru tine şi adaugă la aceasta şi gândul însufleţitor că Dumnezeu vede că eşti destul de puternic ca să înduri aceasta şi Se aşteaptă ca tu într-adevăr să înduri aceasta cu mărinimie, fără cârtire. Deci să nu înşeli aşteptările lui Dumnezeu faţă de tine.

Voi mai adăuga că lui Dumnezeu Îi este mai plăcut ca noi să îndurăm astfel de necazuri care provin din răutatea oamenilor, şi în special a acelora cărora noi le-am făcut bine, decât acelea care provin din neaşteptate împrejurări neplăcute. De ce? Pentru că mândria noastră este înăbuşită şi dezrădăcinată mai cu succes prin primele, decât prin cele din urmă. Şi încă şi pentru aceea că, dacă supunerea faţă de voia lui Dumnezeu este pe primul loc în lucrarea noastră duhovnicească, atunci niciunde nu putem să o deşteptăm în noi şi să o arătăm într-o asemenea măsură, ca în aceste cazuri, dacă le îndurăm cu mărinimie şi cu fierbinte mulţumire către Dumnezeu, care ni le-a trimis ca pe un adevărat mare bine. Prin aceasta mărturisim şi desăvârşita noastră lăsare în voia lui Dumnezeu, şi râvna înflăcărată ca în toate să fim în acord cu voia Lui.

O astfel de stare sufletească precede trimiterea unor încercări aspre. Dumnezeu, văzând naşterea acestei stări şi vrând să o întărească şi să o înrădăcineze, ne trimite paharul celor mai puternice ispite, a căror

îndurare cu dragă inimă, cu mărinimie şi bucurie, aduce întotdeauna o bună roadă duhovnicească. De aceea, ştiind aceasta şi dorind-o şi căutând-o, trebuie să primim acest pahar din mâinile lui Dumnezeu, închizând ochii iscodirii şi, cu credinţă deplină, să vedem limpede în el marea dragoste a lui Dumnezeu faţă de noi şi chezăşia sporului nostru duhovnicesc, şi cu bucurie să îl bem până la capăt, dorindu-l cu atât mai mult, cu cât el este mai amar.

CAPITOLUL 41

Cum poţi spori într-una şi aceeaşi virtute în felurite situaţii

Într-un capitol anterior am spus că este mult mai rodnic şi mai folositor să ne deprindem o vreme într-una şi aceeaşi virtute, decât să ne nevoim în mai multe virtuţi deodată, şi că pentru aceasta trebuie să întoarcem spre folosul ei toate situaţiile pe care le întâmpinăm, oricât de diferite ar fi ele. Acum ascultă şi îţi voi arăta cum poate fi împlinit acest lucru cu uşurinţă.

Dacă, de pildă, ţi se întâmplă într-una şi aceeaşi zi sau chiar în acelaşi ceas să fii mustrat de cineva, fiind fără de vină, pentru o faptă oarecare a ta care este fără de cusur, sau să ţi se refuze cererea cu care te-ai adresat cuiva, sau să fii bănuit fără temei de un lucru urât, sau să fii lovit de vreo boală trupească, sau vreunul din mai-marii tăi să îţi poruncească să faci ceva ce ţie nu-ţi place, sau să întâlneşti vreun alt lucru neplăcut şi de neîndurat, de care este plină sărmana viaţă omenească – atunci, din pricina felurimii acestor situaţii şi a altora asemenea, ţi se cuvine să săvârşeşti diferite lucrări virtuoase. Dar, respectând pravila pe care ţi-ai stabilit-o, vei face mai bine dacă le vei îndrepta toate spre exersarea acelei virtuţi pe care o lucrezi în acea vreme.

Astfel, dacă în acea vreme când te întâlneşti cu situaţiile arătate, te nevoieşti mai ales cu răbdarea, atunci îngrijeşte-te să le înduri cu dragă inimă şi cu bucurie. Dacă te ocupi îndeosebi cu sporirea în smerenie, atunci sileşte-te să te recunoşti că eşti vrednic de orice rău şi meriţi neplăcerile care ţi s-au întâmplat. Dacă nevoinţa ta este îndreptată spre dobândirea virtuţii ascultării, atunci străduieşte-te să-ţi supui voia ta sub mâna puternică a lui Dumnezeu şi, pentru a-I bineplăcea Lui, să te supui cu dragă inimă atât făpturilor Sale cuvântătoare, cât şi celor necuvântătoare şi neînsufleţite, prin care El aduce asupra ta astfel de greutăţi şi necazuri. Dacă râvneşti pentru sporirea în sărăcie, atunci trezeşte în tine mulţumirea cu cele pe care le ai, bucuria şi recunoştinţa că eşti lipsit de orice mângâiere pământească şi lumească. Dacă te osteneşti să înrădăcinezi şi să creşti virtutea dragostei, atunci încearcă să trezeşti în tine simţăminte de dragoste pentru aproapele – de vreme ce el se arată în acel moment mijlocitor al binelui pe care tu poţi să îl dobândeşti din împrejurările de faţă – şi pentru Dumnezeu, căci El, precum întotdeauna, aşa şi acum, este izvorul cel îndestulat al dragostei, care trimite sau îngăduie astfel de necazuri pentru sporirea ta duhovnicească.

Din cele zise poţi deja să înţelegi şi singur cum pot fi întoarse spre deprinderea uneia şi aceleiaşi virtuţi astfel de situaţii, care nu au o durată scurtă, ci se prelungesc în timp, precum, de pildă, o boală sau altele asemenea.

CAPITOLUL 42

Cât timp trebuie să se nevoiască cineva pentru fiecare virtute şi care sunt semnele sporirii întru aceasta

Nu se poate determina teoretic cât timp îi trebuie cuiva să se nevoiască într-o virtute pentru a se statornici

în ea. Aceasta trebuie să o stabilească fiecare singur pentru sine, având în vedere starea sa, condiţiile în care se află şi progresul său în viaţa duhovnicească, şi, mai ales, judecata bătrânului înduhovnicit sau a părintelui duhovnicesc care îl călăuzeşte. Totuşi, la cel la care râvna pentru sporire este vie şi nu se opreşte în faţa nici unor osteneli şi mijloace, la acela degrabă se va vădi un spor însemnat.

Semn al sporirii este faptul că cel care a intrat pe calea virtuţii merge cu râvnă pe ea, fiind ferm hotărât să nu o părăsească, oricât ar fi de greu şi oricâte sacrificii ar trebui să facă, neţinând seama nici de vremelnicele răceli şi întunecări ale sufletului, nici de împuţinarea mângâierilor duhovniceşti şi a bucuriilor harului, pe care pronia dumnezeiască le îngăduie spre folosul nostru.

Un al doilea semn al sporirii, nu mai puţin vrednic de crezare, este şi gradul de tărie a războiului pe care îl ridică trupul împotriva hotărârilor şi faptelor bune. Cu cât mai mult slăbeşte acest război, cu atât mai mult sporul în virtute devine evident. De aceea, când nu simţi război sau atac din partea ta simţitoare inferioară, mai ales în vremea aceea când ai înaintea ochilor pricinile care le stârnesc, atunci poţi să crezi că virtutea ta a câştigat acum putere destulă. Dar dacă ai început să săvârşeşti lucrarea ta pe calea virtuţii cu mai multă promptitudine şi bucurie duhovnicească decât înainte, poţi să consideri aceasta un semn al sporului în virtute chiar mai sigur decât îmblânzirea trupului.

Şi Cuviosul Isaac sfătuieşte ca, stabilind ţelul spre care trebuie îndreptate toate lucrările vieţii tale, să întrebi pe cei cu experienţă despre semnele şi indiciile care arată dacă mergi pe drumul cel drept sau te-ai abătut de la el şi mergi pe vreo cărare greşită, şi să ţii aceste semne în minte tot timpul. El spune şi următoarele semne şi indicii:

„Dacă vezi că mintea ta, fără a fi silită, cu slobozenie lucrează şi aleargă la gândurile cele bune, acesta este semn că mergi înainte. De asemenea, când, stând la rugăciune, nu se împrăştie mintea ta ici şi colo, ci deodată stihul se curmă pe limbă şi pe sufletul tău sunt aşezate lanţurile tăcerii, fără de voia ta; tot aşa, când vezi că la fiecare gând bun şi aducere-aminte care se ivesc în sufletul tău, şi la fiecare contemplare duhovnicească, ochii tăi se umplu de lacrimi şi lacrimile se scurg fără sforţare pe obrajii tăi; şi când altădată vezi că gândul tău de la sine, fără susţinerea ta, se afundă în adâncul inimii tale şi rămâne în starea aceasta un timp, după care pacea împărăţeşte în gândurile tale – toate acestea sunt semne că tu înaintezi bine pe calea vieţii duhovniceşti pe care ai pornit".

Însă, cu toate acestea, nu trebuie să fim prea siguri că ne-am statornicit desăvârşit în virtutea dorită sau că am biruit definitiv vreo patimă, chiar dacă uneori de multă vreme nu am mai simţit pornirile sau mişcările ei, pentru că aici se pot ascunde relele uneltiri ale diavolului urâtor de oameni şi viclenia păcatului care trăieşte în noi, prin care, din pricina mândriei noastre ascunse, adeseori ni se prezintă ca bun şi este recunoscut ca atare ceea ce de fapt are însuşiri desăvârşit opuse. Şi în afară de aceasta, dacă ne gândim la desăvârşirea la care suntem chemaţi de Dumnezeu, atunci, chiar dacă am fi mers destulă vreme pe calea virtuţii, mai degrabă ar trebui să credem că abia dacă am pus începutul vieţii cuvenite, decât că ne-am statornicit în ea. De aceea chiar şi viaţa celor mai desăvârşiţi oameni este numită de Sfinţii Părinţi nedesăvârşită şi nu lipsită de greşeli. „Chiar şi desăvârşirea celor desăvârşiţi este nedesăvârşită" zice Sfântul Ioan Scărarul. Iar Sfântul Apostol Pavel numeşte desăvârşire faptul de a alerga mereu spre cele dinainte,

fără a privi înapoi şi fără a socoti că am ajuns la ceea ce căutam. De aceea şi însuşi pe sine se numeşte nedesăvârşit şi spune că nu a ajuns acolo unde năzuia: *Nu că acum am ajuns* – zice el – *sau acum sunt desăvârşit; ci gonesc, ca doar voi ajunge. Fraţilor, eu încă nu mă socotesc să fi ajuns, ci numai una fac, cele dinapoi uitându-le, şi la cele dinainte întinzându-mă, alerg cu osârdie spre răsplata chemării celei de sus a lui Dumnezeu întru Iisus Hristos*. Şi vrând să arate că în însăşi aceasta constă desăvârşirea noastră, adaugă: *Câţi suntem desăvârşiţi, aceasta să gândim* (Fil. 3, 12-15). Ca şi cum ar spune: aceasta este desăvârşirea – să nu gândim că am atins desăvârşirea. Aceasta înseamnă să fii în starea de virtute: să nu stai, ci să alergi neîncetat spre virtute.

În plus, în adâncul inimii noastre se află uneori patimi atât de subţiri şi de ascunse, încât nici măcar nu ştim că acestea sunt patimi. Deci cum putem să ne îngăduim o asemenea îndrăzneală încât să credem că ne-am curăţat cu totul de patimi? Şi dacă acei ochi străvăzători şi proroceşti ai lui David nu le-au putut vedea în el, cum am putea noi să ne atribuim o asemenea vedere? De aceea, dacă el se ruga totdeauna lui Dumnezeu: *de cele ascunse ale mele curăţeşte-mă* (Ps. 18, 13), cu atât mai mult noi trebuie să-L rugăm pentru curăţirea patimilor noastre ascunse. Căci noi simţim numai efectele şi ramurile patimilor, dar puterile şi rădăcinile lor nu le putem cunoaşte fără luminarea Sfântului Duh. Deci numai atunci ne dăm seama de patimile din noi, când acestea lucrează; iar de îndată ce se potolesc, ne închipuim că am ajuns deja la nepătimire.

Cum putem să ne încredinţăm că patimile n-au murit în inimile noastre, ci numai s-au potolit? Prin faptul că atunci când ni se întâmplă nouă, celor liniştiţi în privinţa lor, să întâlnim obiectele cu care se hrănesc

patimile ascunse în noi, mai ales când aceasta are loc pe neaşteptate, atunci ele îndată prind viaţă şi se fac simţite. Uneori aceasta are loc cu mişcări puternice, aşa încât, fiind tulburaţi de ele, ne minunăm singuri unde au fost ascunse şi cum de s-au ridicat dintr-o dată. Sfântul Isaac Sirul explică aceasta prin următoarea comparaţie prea-frumoasă: în vremea iernii dispar de pe faţa pământului ierburile şi florile, totuşi rădăcinile lor rămân întregi, ascunzându-se în adâncime şi de îndată ce încep ploaia de primăvară şi căldura, ele răsar din nou şi acoperă faţa pământului. Tot aşa se întâmplă şi cu patimile... Şi iarăşi: precum pământul blestemat odrăsleşte în chip firesc spini şi ciulini, tot aşa şi firea omenească, cea stricată prin cădere, iar acum zămislită şi născută în păcat, naşte oarecum fireşte patimile din care apar păcatele, şi nu trebuie niciodată să te încrezi sau să te bizui pe ea.

Aşadar tu, ca nou începător în războiul duhovnicesc, nevoieşte-te cu toată osârdia întru virtute, ca şi cum n-ai fi pus încă început în ea, aducându-ţi aminte că este mai bine să te îngrijeşti să tinzi spre cele dinainte în virtute, decât să cauţi şi să determini semne de desăvârşire în ea.

Domnul şi Dumnezeul nostru, singurul care vede inimile noastre, pe unii îi luminează şi le dă să vadă sporirea lor în virtute, iar altora nu le dăruieşte o astfel de luminare şi vedere, pentru că vede că în vreme ce pe cei dintâi această vedere îi ajută să se smerească, aceştia din urmă nu vor putea scăpa de mândrie. Deci fiind Tată iubitor de fii, îndepărtează de la aceştia din urmă primejdia căderii în păcatul mândriei, pe care îl urăşte în mod deosebit, iar celor dintâi le dă prilej să sporească virtutea smereniei, care Îi este foarte iubită. De altfel, chiar şi acela căruia nu i se dăruieşte cunoaşterea sporirii sale, o va putea afla la timpul cuvenit, atunci când lui

Dumnezeu I Se va părea potrivit să-i descopere aceasta pentru binele său, numai dacă el nu se leneveşte şi nu se opreşte din nevoinţa virtuţii.

CAPITOLUL 43

Despre faptul că nu se cuvine a dori foarte tare slobozirea de chinurile pe care le răbdăm, ci să ne lăsăm cu totul în voia lui Dumnezeu

Când te afli într-o suferinţă pe care o înduri cu mulţumire, ia aminte bine să nu te amăgească diavolul sau iubirea ta de sine, ca să doreşti să te izbăveşti de ea, căci dintru aceasta vei suferi două mari pierderi. Prima este că, deşi prin simţirea acestei dorinţe şi încuviinţarea ei nu vei pierde îndată virtutea răbdării, totuşi o vei clătina în mare măsură, după care ea, slăbind încet-încet din pricina neîmplinirii dorinţei de a fi izbăvit de necazul respectiv, te va arunca în cele din urmă în nerăbdare. A doua este că din acel moment răbdarea ta va începe să fie silită, iar Dumnezeu iubeşte şi răsplăteşte pe dătătorul de bună voie. Prin urmare, din acea vreme, deşi oricum vei răbda – căci numai dorinţa de a fi izbăvit de chin nu te izbăveşte de el –, totuşi răbdarea ta nu va fi răsplătită. Dumnezeu te va răsplăti pentru răbdarea necazului atâta timp cât ai răbdat cu dragă inimă, fără a căuta să te izbăveşti, însă din momentul în care ai primit o astfel de dorinţă Dumnezeu nu îţi va mai da nimic pentru răbdarea ta cea fără tragere de inimă. Dimpotrivă, dacă tu, respingând şi înăbuşind dorinţa prezentă de a te izbăvi de suferinţă, te vei preda cu totul în seama voii binevoitoare a lui Dumnezeu, arătând că eşti gata să rabzi cu bucurie chiar şi o sută de chinuri mai mari decât cel de faţă, dacă Dumnezeu va vrea să le trimită asupra ta, atunci, chiar dacă suferinţa ta de acum se va mai prelungi un ceas sau

Pacea vine prin lăsarea cu totul în voia lui Dumnezeu

mai puţin, Dumnezeu o va primi ca pe cea cu durata cea mai lungă şi te va răsplăti în mod corespunzător.

Tot aşa şi în toate celelalte împrejurări: nu da frâu liber dorinţelor tale, ci înfrânează-le, îndreptându-le numai spre un singur scop de căpetenie – de a rămâne în voia lui Dumnezeu şi de a umbla în voia lui Dumnezeu. Căci atunci şi dorinţele tale vor fi drepte şi evlavioase, iar tu în fiecare împrejurare neplăcută vei rămâne în pace, odihnindu-te în voia lui Dumnezeu. Astfel, crezând sincer că nu se poate întâmpla nimic cu tine fără voia lui Dumnezeu, şi nedorind nimic, decât să împlineşti voia lui Dumnezeu cu fapta, este limpede că vei avea întotdeauna numai ceea ce vei dori, orice ţi s-ar întâmpla.

Totuşi, prin cele ce am spus că nu se va întâmpla nimic cu tine care nu va fi după voia lui Dumnezeu, nu am înţeles şi păcatele tale proprii sau păcatele altor oameni, căci Dumnezeu nu voieşte păcatele, ci am înţeles necazurile şi nevoile pe care Dumnezeu le trimite pentru a ne înţelepţi şi a ne învăţa, sau pentru a pedepsi păcatele noastre. Ele sunt binefăcătoare pentru noi şi sunt numite pe bună dreptate cruce mântuitoare, pe care El adeseori o aşază pe umerii celor mai apropiaţi iubiţi şi plăcuţi ai Săi, şi a cărei purtare este mai bineprimită de El decât orice altă nevoinţă.

Iar ceea ce am spus: nu dori să te izbăveşti de suferinţe, să înţelegi cum se cuvine, în sensul supunerii faţă de voia lui Dumnezeu. Noi nu putem să nu dorim să fim liberi de necazuri, pentru că Însuşi Dumnezeu a sădit în firea noastră dorinţa bunăstării, pentru care a binevoit ca în rugăciunea pe care El Însuşi ne-a dat-o şi pe care o repetăm de câteva ori în fiecare zi, să pună şi cuvintele: *Nu ne duce pe noi în ispită* (Mat. 6, 13). Dacă după o astfel de rugăciune, auzită, bineînţeles, de Dumnezeu, El ne trimite un necaz, este limpede că aceasta este voia

Lui, căreia noi, ca şi creaturi ale Sale, cunoscând datoria noastră de a ne supune Lui, suntem datori să o primim cu dragă inimă, îndurând ceea ce ni s-a trimis ca un lucru care este absolut necesar pentru mântuirea noastră. Chiar şi însăşi rugăciunea: *nu ne duce pe noi în ispită*, să o faci subînţelegând: *Însă nu după cum voiesc Eu, ci precum Tu voieşti* (Mat. 26, 39), urmând Domnului, Mântuitorului nostru. Adică să nu faci rugăciunea aşa încât să urăşti ispitele şi să nu le doreşti cu nici un chip, ci doar pentru că aşa ne-a poruncit Domnul să ne rugăm, fiind în sufletul tău pregătit pe deplin să primeşti cu dragă inimă tot ceea ce Dumnezeu va voi să trimită asupra ta, şi necedând dorinţei iubitoare de sine de a te afla în fericire neîncetată, ceea ce nu este cu putinţă pe pământ, de vreme ce aceasta ţine de viaţa veşnică ce va să fie.

CAPITOLUL 44

Prevenire cu privire la sfaturile cele rele ale diavolului, prin care ne îndeamnă la nevoinţe peste măsură

Când vicleanul diavol vede că mergem drept, cu osârdie vie şi în bună rânduială pe calea virtuţii, de la care nu ne poate abate de partea sa prin amăgiri vădite spre rău, atunci se preface în înger de lumină şi, fie prin gânduri aparent bune, fie prin ziceri din dumnezeieştile Scripturi, fie prin exemple ale sfinţilor, ne îndeamnă ca la vreme nepotrivită şi nu după puterea noastră să ne apucăm de nevoinţe peste măsură spre desăvârşirea duhovnicească, pentru ca atunci când ne vom închipui că am ajuns în vârful acesteia, să ne arunce în prăpastia căderii. Astfel pe unii îi învaţă să-şi istovească fără de milă trupul lor prin post, biciuire, dormit pe pământul gol şi alte asemenea chinuiri ale trupului, pentru ca să cadă în mândrie, închipuindu-şi că săvârşesc lucruri mari, sau să se îmbolnăvească de istovire totală şi să

devină neputincioşi de a împlini şi cele mai mici fapte ale evlaviei, sau, ostenindu-se sub greutatea nevoinţelor, să devină indiferenţi faţă de toate lucrările duhovniceşti şi chiar faţă de mântuire şi, în acest chip, răcindu-se încetul cu încetul faţă de bine, să se arunce în plăcerile trupeşti şi în mângâierile lumeşti cu o poftă mai puternică decât înainte.

Şi câte suflete n-au pierit deja din pricina acestei curse a vrăjmaşului! Aceştia, predându-se râvnei fără de socoteală şi depăşind măsura puterii lor în asceză, s-au pierdut în nevoinţele născocite de ei şi s-au făcut de râsul demonilor celor răi! Bineînţeles, aceasta nu s-ar fi întâmplat dacă ei ar fi avut dreaptă socoteală şi ar fi cerut sfat, şi dacă n-ar fi uitat că aceste nevoinţe ostenitoare, deşi sunt de lăudat şi roditoare acolo unde se găseşte suficientă putere trupească şi smerenie sufletească, trebuie întotdeauna să fie chivernisite de bunul simţ şi folosite doar ca mijloace spre sporirea duhovnicească (iar nu să devină scopuri în sine), şi trebuie uneori micşorate, alteori mărite, câteodată schimbate, iar altădată cu totul oprite pentru o vreme.

Aceia care nu pot fi aşa de aspri cu sine precum sfinţii şi să ia asupra lor asemenea osteneli, pot să le imite viaţa în alte feluri, cum ar fi: să trezească şi să statornicească bune dispoziţii în inimile lor, să se obişnuiască cu rugăciunile fierbinţi, să lupte fără să cedeze împotriva gândurilor şi dorinţelor pătimaşe şi să păstreze curăţia inimii, dragostea de tăcere şi singurătate, să aibă smerenie şi blândeţe faţă de toţi, să facă bine acelora de la care au pătimit ceva, să se păzească pe sine de orice lucru rău, chiar dacă ar fi neînsemnat. Această bunătate a inimii Îi este mai plăcută lui Dumnezeu decât nevoinţele de chinuire a trupului făcute fără de măsură, atunci când ele nu sunt cerute de starea noastră morală.

De aceea te sfătuiesc să lucrezi cu dreaptă socoteală când iei asupra ta astfel de nevoinţe trupeşti, atunci când este nevoie de ele. Nu te arunca la măsuri înalte, ci începe cu cele de jos, pentru că este mai bine să te sui la înălţime puţin câte puţin, decât să te arunci dintr-o dată spre cele înalte şi să fii apoi nevoit să te cobori, spre ruşinea ta. Dar te sfătuiesc de asemenea să eviţi şi cealaltă extremă, în care cad uneori chiar şi oameni care sunt consideraţi duhovniceşti. Aceştia, fiind mânaţi de plăcerea şi cruţarea de sine, arată foarte multă preocupare pentru păstrarea sănătăţii trupeşti şi se îngrijesc de ea cu atâta osârdie, încât tremură în faţa celor mai mici osteneli şi lipsuri, temându-se să nu-şi piardă sănătatea. Şi la nimic nu se gândesc ei atât şi despre nimic altceva nu vorbesc cu atâta plăcere, decât despre păstrarea vieţii lor. Totuşi, născocind pentru ei mâncăruri delicate, mai degrabă mai satisfăcătoare pentru gustul lor cel iubitor de dulceţi, decât mai sănătoase, ei îşi slăbesc şi deseori îşi strică sănătatea lor, lipsindu-se de ceea ce consideră a fi o mare binecuvântare pentru ei, pentru că nu se pricep să folosească mijloacele cuvenite pentru dobândirea acesteia.

Deşi ei îşi îndreptăţesc acţiunile lor prin dorinţa de a lucra mai bine pentru Domnul, în realitate aceasta nu este altceva decât o încercare de a împăca doi duşmani de neîmpăcat – duhul şi trupul –, nu numai fără de nici un folos amândurora, ci, dimpotrivă, cu pagubă clară atât pentru unul, cât şi pentru celălalt, pentru că şi trupul se lipseşte de sănătate, şi duhul de dispoziţia mântuitoare. De aceea este mai fără de primejdie şi folositor atât pentru trup, cât şi pentru suflet un fel de viaţă măsurat, ocârmuit de dreapta socoteală, care ţine cont şi de trebuinţele sufleteşti şi de constituţia trupească aparte a fiecăruia dimpreună cu starea sa de sănătate, pentru că

nu pentru toți este aceeași măsură în această privință, deși este o lege pentru toți – ca trupul să fie ținut în slujba duhului. Adu-ți aminte de asemenea și de ceea ce s-a spus deja mai înainte, că dobândirea virtuților, atât a celor trupești, cât și a celor sufletești, trebuie să se facă treptat, înaintând încetul cu încetul.

CAPITOLUL 45

Dacă judecăm aspru pe cei de aproape, aceasta se întâmplă din înalta părere de sine și din îndemnul diavolului. Cum să biruim această înclinație

Din iubirea de sine și îngâmfare se naște în noi și un alt rău, care ne pricinuiește o mare pagubă, anume judecata aspră și osândirea aproapelui, prin care noi apoi îl privim ca pe un nimic, îl disprețuim și îl înjosim când apare prilejul. Acest rău obicei și viciu, provenind din mândrie, este hrănit și sporit de aceasta și, invers, o hrănește și o sporește pe ea, pentru că și mândria noastră după fiecare osândire crește, prin efectul înfumurării și desfătării de sine care îi urmează.

Având o părere înaltă despre noi înșine, firește că îi privim de sus pe ceilalți, îi osândim și îi disprețuim, pentru că ni se pare că suntem departe de acele neajunsuri pe care le socotim că se află la dânșii. Iar aici încă și preaînrăutățitul nostru vrăjmaș, văzând în noi o astfel de rea întocmire a cugetului, stă de veghe aproape și, deschizând ochii noștri, ne învață să căutăm cu privire de vultur la ceea ce fac și vorbesc ceilalți, trăgând de aici concluzii despre ceea ce gândesc și simt aceștia, și din aceste presupuneri să ne alcătuim propria noastră părere despre ei, cel mai adesea rea, și să mărim această bănuită răutate până la a o socoti un nărav înrădăcinat al lor. Cei care judecă astfel nu observă și nu văd că însuși începutul

osândirii – bănuiala greşelii la ceilalţi – se întipăreşte în gânduri prin lucrarea vrăjmaşului, care tot el apoi o exagerează până la convingerea că ei sunt chiar aşa, deşi în realitate nimic de felul acesta nu este adevărat.

Drept aceea, frate, de vreme ce vrăjmaşul te urmăreşte priveghind, căutând cum să semene în tine răul, priveghează şi tu cu mai multă trezvie asupra ta, ca să nu cazi în mrejele pe care ţi le întinde. Deci de îndată ce el îţi arată vreun neajuns la aproapele tău, grăbeşte-te să respingi de la tine acest gând, neîngăduindu-i să se înrădăcineze în tine şi să crească, ci scoate-l afară din tine, ca să nu rămână nici urmă din el, înlocuindu-l cu gânduri despre bunele calităţi pe care le cunoşti la aproapele tău sau pe care oamenii le au în general. La aceasta adăugă, dacă încă mai simţi imboldul de a-l osândi, adevărul că nu ţi s-a încredinţat ţie această autoritate de a-l judeca şi că, luând-o asupra ta, te faci tu însuţi în acel moment vrednic de judecată şi osândă nu înaintea oamenilor neputincioşi, ci înaintea lui Dumnezeu, atotputernicul Judecător al tuturor.

Această schimbare a gândului este cel mai puternic mijloc nu numai pentru alungarea gândurilor trecătoare de osândire, ci şi pentru a ne dezvăţa cu totul de acest viciu. Un al doilea mijloc pentru aceasta, de asemenea foarte puternic, este să nu uităm amintirea propriei noastre răutăţi, a patimilor şi faptelor noastre necurate şi rele, şi, prin urmare, să menţinem în noi neîncetat simţământul nevredniciei noastre. Bineînţeles că se găsesc în tine nu puţine patimi şi fapte pătimaşe. Dacă nu ai părăsit lupta şi nu te-ai dat bătut, zicând: „Fie ce-o fi”, nu poţi să nu te îngrijeşti de vindecarea acestor neputinţe ale tale, care te duc la pierzare. Dar dacă faci aceasta cu sinceritate, atunci nu ar trebui să-ţi rămână timp de a te ocupa de faptele celorlalţi şi de a-i osândi.

Căci atunci, dacă îţi îngădui aceasta, în urechile tale vor răsuna neîncetat cuvintele Scripturii: *Doctore, vindecă-te pe tine însuţi; scoate întâi bârna din ochiul tău* (Lc. 4, 23; Mat. 7, 5).

În afară de aceasta, atunci când judeci aspru o faptă oarecare a aproapelui, să ştii că o mică rădăcină a aceleiaşi răutăţi este în inima ta, care, după cât este de împătimită, te învaţă să bănuieşti pe ceilalţi şi să-i osândeşti. *Omul cel rău din comoara cea rea a inimii sale scoate cele rele* (Mat. 12, 35). Dimpotrivă, ochiul curat şi nepătimaş priveşte fără patimă la faptele altora, iar nu cu răutate: *Curat este ochiul, ca să nu vadă rele* (Avac. 1, 13). De aceea, când îţi vine gândul să osândeşti pe altul pentru vreo greşeală, să te mânii împotriva ta, ca unul care lucrezi aceleaşi fapte şi eşti vinovat de aceeaşi greşeală, şi să zici întru inima ta: „Cum eu, ticălosul, aflându-mă în acelaşi păcat şi făcând încă şi alte rele mai mari, îndrăznesc să-mi ridic capul pentru a vedea greşelile altora şi a-i osândi?". Făcând astfel, tu vei întoarce spre tine însuţi arma cu care gândul rău te îndemna să-l loveşti pe aproapele şi, în loc să-l răneşti pe fratele tău, vei pune plasture pe rănile proprii.

Chiar şi atunci când păcatul fratelui nu va fi ascuns, ci va fi cunoscut şi văzut de toţi, tu străduieşte-te să vezi pricina pentru aceasta nu în ceea ce te îndeamnă patima cea rea a osândirii, ci în aceea ce ar arăta dragostea de frate către el şi zi în gândul tău: „Deoarece acest frate are multe virtuţi ascunse, Dumnezeu, vrând să i le păzească de vătămarea slavei deşarte, a îngăduit ca el să cadă în păcatul de acum sau să stea sub această înfăţişare necuviincioasă, pentru ca şi el pe sine însuşi să se vadă netrebnic şi, fiind dispreţuit pentru aceasta de ceilalţi, să culeagă rodul smereniei şi să se facă şi mai plăcut lui Dumnezeu, aşa încât în cazul de faţă el mai

mult a câştigat folos, decât a pătimit vătămare". Chiar dacă păcatul cuiva este nu numai arătat, ci şi foarte grav şi iese dintr-o inimă împietrită şi lipsită de pocăinţă, tu nici atunci să nu-l osândeşti, ci înalţă-ţi ochii minţii tale la nepătrunsele şi minunatele judecăţi ale lui Dumnezeu şi vei vedea cum mulţi oameni, care au fost mai înainte prea nelegiuiţi, după aceea s-au pocăit şi au atins o înaltă treaptă de sfinţenie şi cum, pe de altă parte, alţii, care au fost pe o înaltă treaptă de desăvârşire, au căzut într-o prăpastie adâncă. Deci ia seama să nu pătimeşti şi tu o asemenea nenorocire pentru că osândeşti pe alţii.

De aceea stai întotdeauna cu frică şi cutremur, temându-te mai mult pentru tine, decât pentru alţii. Şi fii încredinţat că fiecare cuvânt bun despre aproapele şi fiecare bucurie pentru el sunt rodul şi lucrarea în tine a Duhului Sfânt, în vreme ce, dimpotrivă, orice cuvânt rău despre el şi osândire dispreţuitoare a sa izvorăsc din obiceiul tău cel rău şi din ceea ce îţi sugerează diavolul. De aceea, când te sminteşti de vreo faptă rea a fratelui, nu da somn ochilor tăi până ce nu vei izgoni din inima ta această sminteală şi nu te vei linişti desăvârşit în privinţa fratelui tău.

CAPITOLUL 46

Despre rugăciune

Deşi neîncrederea în sine, nădejdea în Dumnezeu şi statornicia în nevoinţe sunt foarte necesare în lupta noastră duhovnicească, aşa cum s-a arătat până acum, însă mai necesară decât toate acestea este rugăciunea, cea de-a patra armă în războiul acesta, după cum am spus la început (vezi sfârşitul cap. 1), pentru că prin ea se dobândesc şi primesc putere deplină atât primele trei arme, cât şi orice altă bunătate. Rugăciunea este calea de

atragere şi mâna pentru primirea tuturor harurilor atât de bogat revărsate peste noi din izvorul nesecat al dragostei fără de margini şi al bunătăţii lui Dumnezeu. În vremea războiului duhovnicesc, prin rugăciune vei pune sabia ta în mâinile lui Dumnezeu, ca El să dea război pentru tine asupra vrăjmaşilor tăi şi să-i biruiască. Dar, pentru ca rugăciunea să-şi arate întreaga ei putere în lucrarea aceasta, este necesar ca ea să rămână neîncetat în tine ca o deprindere firească a duhului tău şi să fie ocrotită şi însufleţită de următoarele stări:

1) Ţi se cuvine să ai întotdeauna o dorinţă vie de a sluji numai lui Dumnezeu în toate lucrurile şi de a-L sluji aşa cum Îi este bineplăcut Lui. Dar pentru a însufleţi şi a susţine o astfel de dorinţă trebuie să fii convins şi să ţii minte neîncetat că lui Dumnezeu I se cuvine închinăciune, cinste şi slujire din partea fiecărei făpturi raţionale şi pentru preaminunatele Lui însuşiri – bunătate, măreţie, înţelepciune, frumuseţe şi alte nenumărate şi nemăsurate desăvârşiri. Când adaugi la aceasta şi amintirea neîncetată a faptului că El Însuşi ţi-a slujit ţie în chip de nedescris prin întruparea Sa, te-a răscumpărat şi te-a slobozit de marele blestem, a îngrijit şi a tămăduit rana pricinuită ţie de otrava păcatului, nu cu vin şi cu untdelemn şi nu cu un oarecare plasture, ci cu sângele Său nepreţuit care a curs din preasfânta Sa coastă şi din preacuratul Său trup, cel sfâşiat de biciuiri, de spini şi de cuie; deci, când îţi aduci aminte de toate acestea, cum poţi să nu închini fiecare clipă numai slujirii Lui cu toată osârdia prin cuvânt, prin faptă şi gând? De asemenea, nu trebuie să uiţi nici cât este de binefăcătoare pentru noi o astfel de slujire, de vreme ce ea ne face stăpâni pe noi înşine, biruitori ai diavolului şi fii ai lui Dumnezeu.

2) Ţi se cuvine să ai o credinţă vie şi fierbinte că, după marea Sa milă şi după mulţimea îndurărilor Sale, Însuşi Dumnezeu vrea şi este gata să-ţi dea tot binele de care ai nevoie şi tot ceea ce îţi este de trebuinţă pentru ca tu să-L slujeşti cum se cuvine. O astfel de credinţă şi nădejde va fi pentru tine vasul pe care milosârdia fără de margini a lui Dumnezeu îl va umple cu comorile darurilor Sale. Şi cu cât va fi mai mare şi mai încăpător vasul tău, cu atât vor fi mai bogate darurile cu care rugăciunea ta se va întoarce de fiecare dată înăuntrul tău. Şi cum poţi crede că Dumnezeu Atotţiitorul, Cel fără de schimbare, Care a poruncit să ne rugăm Lui şi a făgăduit că ne va da darurile cerute, va refuza să ni le dea atunci când noi le vom cere cu rugăciune osârdnică şi răbdătoare şi nu ne va dărui Duhul Sfânt? Oare nu al Lui este cuvântul acesta: *Cu cât mai mult Tatăl cel din Cer va da Duh Sfânt celor ce cer de la Dânsul* (Lc. 11, 13)? Şi oare nu El a făgăduit: *Şi toate, oricâte veţi cere întru rugăciune, crezând, veţi lua* (Mat. 21, 22)?

3) Ţi se cuvine să te apropii de rugăciune cu o astfel de dispoziţie, încât să doreşti numai voia dumnezeiască, şi nicidecum pe a ta proprie, atât în cerere, cât şi în primirea a ceea ce ai cerut. Adică, să începi a te ruga pentru că Dumnezeu voieşte aceasta, şi să doreşti să fii ascultat, iarăşi, precum El doreşte. Într-un cuvânt, să fie în mintea şi în inima ta dorinţa de a uni cu totul voia ta cu voia lui Dumnezeu, şi de a te supune ei întru totul, iar nicidecum de a dori să înclini voia lui Dumnezeu spre voia ta.

Şi pentru ce aceasta? Fiindcă voia ta este întotdeauna amestecată cu iubirea de sine, foarte adesea greşeşte şi nu ştie ce trebuie să ceară, pe când voia lui Dumnezeu este întotdeauna bună, preaînţeleaptă, dreaptă, binefăcătoare şi nu poate greşi niciodată. De aceea, precum ea

este lege imediată pentru tot ceea ce există şi va fi, aşa trebuie să fie regulă pentru voia tuturor făpturilor raţionale şi împărătească a dorinţelor lor, iar acestea sunt datoare să o urmeze cu supunere întru toate.

Astfel, tu trebuie întotdeauna să doreşti, să ceri şi să cauţi doar ceea ce Îi este plăcut lui Dumnezeu. Şi dacă vreodată te îndoieşti dacă un lucru sau un altul Îi este plăcut lui Dumnezeu, caută-l şi cere-l cu gândul că doreşti să faci sau să ai acel lucru doar dacă şi Dumnezeu îl doreşte. Iar pe acelea despre care ştii sigur că sunt bineplăcute lui Dumnezeu, precum, de pildă, virtuţile, caută-le şi cere-le pentru ca să fii mai plăcut lui Dumnezeu şi să-I slujeşti mai bine, iar nu cu alt oarecare scop, chiar dacă ar fi duhovnicesc.

4) De asemenea, ţi se cuvine să te apropii de rugăciune împodobit cu fapte potrivite cererii tale, iar după rugăciune să te osteneşti mai mult cu ele, pentru a te face vrednic de harul şi virtutea cerută de tine.

Astfel, osteneala rugăciunii ar trebui însoţită de nevoinţa silirii de sine şi de sforţarea proprie pentru a dobândi ceea ce cerem, pentru că aici, în rânduiala vieţii duhovniceşti, cererea şi nevoinţa proprie urmează una după cealaltă rând pe rând. Dar dacă cineva se va ruga lui Dumnezeu pentru o anume virtute, iar el însuşi se va deda trândăviei între timp, nefolosind nici un mijloc de dobândire a acestei virtuţi şi nefăcând nici o nevoinţă pentru ea, cu adevărat unul ca acela mai degrabă îl ispiteşte pe Dumnezeu decât se roagă. De aceea dumnezeiescul Iacov spunea că: *mult poate rugăciunea lucrătoare a dreptului* (Iac. 5, 16). Iar lucrătoare, după cum spune Sfântul Maxim, înseamnă atunci când cineva, cerând unui drept să se roage pentru ceva în folosul lui, şi singur se roagă pentru aceea; sau când cineva, rugându-se lui Dumnezeu pentru vreun lucru, şi el însuşi

cu toată osârdia face tot ce este de trebuinţă pentru dobândirea lucrului cerut.

5) În rugăciunea ta se cuvine să uneşti cele patru lucrări despre care scrie Sfântul Vasile cel Mare: la început să-L slăveşti pe Dumnezeu, apoi să-I mulţumeşti pentru binefacerile Sale arătate către tine, mai departe să-I mărturiseşti păcatele tale şi încălcările poruncilor Lui, iar în sfârşit să-I ceri ceea ce îţi este de trebuinţă, mai ales în privinţa mântuirii tale. Făcând aşa, te poţi ruga astfel:

„Doamne, Dumnezeul meu! Te laud şi Te slăvesc pe Tine pentru slava Ta cea nespusă şi pentru măreţia Ta cea nemăsurată. Îţi mulţumesc că numai pentru bunătatea Ta mi-ai dat fiinţă şi m-ai învrednicit să fiu părtaş darurilor mântuitoare ale iconomiei întrupării Tale, că de multe ori m-ai izbăvit pe mine, chiar şi fără să ştiu, de nenorocirile care mă ameninţau şi de mâinile vrăjmaşilor mei nevăzuţi. Îţi mărturisesc că de nenumărate ori mi-am călcat conştiinţa şi am nesocotit fără de frică sfintele Tale porunci, arătându-mă nemulţumitor faţă de multele şi feluritele Tale binefaceri. Dar, Dumnezeul meu cel preamilostiv, să nu biruiască nerecunoştinţa mea bunătatea Ta, ci să treci cu vederea păcatele şi necuviinţele mele. Caută spre lacrimile pocăinţei mele şi, după multă îndurarea Ta, ajută-mă şi acum, dă-mi cele de trebuinţă pentru mântuirea mea şi îndreptează viaţa mea spre bineplăcerea Ta, ca să slăvesc şi eu, nevrednicul, preasfânt numele Tău".

Alături de aceste ultime cuvinte poţi să înşiri toate trebuinţele tale de acum: duhovniceşti, sufleteşti şi trupeşti, iar dacă în această vreme te nevoieşti pentru o anumită virtute, atunci aminteşte-o şi pe ea şi roagă-te ca Dumnezeu să te ajute să sporeşti în ea până la desăvârşire. Dacă eşti tulburat de mişcările vreunei patimi,

roagă-te pentru ajutor ca să nu-i cedezi, ci să o izgonești. Dacă înduri vreo nedreptate și ocară sau orice fel de pagubă și nenorocire, nu uita să mulțumești pentru ea lui Dumnezeu, pentru că și aceasta, fiind după voia lui Dumnezeu, care este întotdeauna bună, ți-a fost trimisă pentru binele tău.

6) Pentru ca rugăciunea ta să capete tărie înaintea lui Dumnezeu și să atragă asupra ta bunăvoința Lui, întraripeaz-o și împodobește-o cu credință neîndoielnică nu numai în milosârdia nemăsurată a lui Dumnezeu și în nemincinoasa Sa făgăduință de a ne asculta atunci când strigăm către El, chiar mai înainte de a sfârși rugăciunea noastră (Is. 58, 9), ci mai ales în puterea iconomiei Celui întrupat pentru noi, a Domnului nostru Iisus Hristos, Care pentru noi a suferit moarte pe cruce, a înviat, S-a înălțat la ceruri și șade de-a dreapta Tatălui, unde mijlocește pentru noi, căci *dacă pe Fiul Său nu L-a cruțat, ci pentru noi L-a dat, cum nu ne va da toate împreună cu El* (cf. Rom. 8, 32)?

Pentru a fi ascultat, adu și mijlocirile Preasfintei Născătoare de Dumnezeu și Pururea Fecioarei Maria, care se roagă pentru noi ziua și noaptea, și ale tuturor sfinților – ale arhanghelilor și îngerilor, ale apostolilor și prorocilor, ale păstorilor și învățătorilor, ale mucenicilor și mucenițelor, ale cuvioșilor părinți și maicilor și ale altor bineplăcuți ai lui Dumnezeu, ale îngerului tău păzitor și ale sfântului tău ocrotitor, al cărui nume îl porți, și ale sfântului căruia îi este închinată biserica în care ai fost botezat și te rogi întotdeauna. Precedând rugăciunile tale cu aceste mijlociri, vei face să meargă înaintea lor smerenia ta, decât care nimic nu este mai bineplăcut lui Dumnezeu, Care la nimeni nu se uită cu atâta milostivire, precum la *cei blânzi și smeriți*. Căci:

Inima înfrântă şi smerită Dumnezeu nu o va urgisi (cf. Is. 66, 2; Ps. 50, 19).

7) Ţi se cuvine să săvârşeşti rugăciunile tale întotdeauna cu sârguinţă neobosită, precum porunceşte apostolul, zicând: *În rugăciune aşteptaţi, priveghind în ea* (Col. 4, 2). Căci răbdarea smerită, neoboseala şi stăruinţa în rugăciune Îl biruiesc pe nebiruitul Dumnezeu şi Îl pleacă spre milă. Stăruinţa văduvei din Evanghelie a înduplecat pe judecătorul cel rău şi nedrept spre cererea ei, precum ne arată pilda Domnului, rostită anume ca să ne înveţe să nu slăbim, ci să răbdăm în rugăciune, precum citim în Evanghelie: *zicea şi pildă lor, cum se cuvine totdeauna a se ruga şi a nu se lenevi* (Lc. 18, 1). Deci dacă judecătorul nedrept s-a plecat spre rugăciunea văduvei din pricina stăruinţei ei, atunci cum nu se va pleca la rugăciunile noastre Dumnezeu, Care este adevărata bunătate, dacă ne vom ruga Lui neîncetat?

De aceea, atunci când Îl rogi pe Dumnezeu pentru ceva şi El întârzie să te asculte, tu să continui să te rogi, având în inimă o nădejde tare şi vie în ajutorul Său. Căci rugăciunea cu osârdie nu rămâne niciodată fără de răspuns şi El este totdeauna gata să reverse bogate milostiviri, care întrec chiar şi aşteptările celor ce cer, dacă nu există piedici morale din partea acestora şi dacă ei nu se găsesc într-o asemenea stare, încât să le fie lor mai bine să nu li se împlinească cererea, în care situaţie Dumnezeu, în loc de ceea ce cer ei, le trimite un alt dar, mai de folos pentru ei, fie că le este ştiut sau nu. În sensul acesta este îndreptăţită convingerea că rugăciunea nu rămâne niciodată neascultată; se întâmplă doar că răspunsul la ea nu este ceea ce s-a cerut – neştiind cei ce cer că nu le este de folos – şi că acest răspuns rămâne nevăzut, pentru că a-l vedea este dăunător pentru cei ce-l primesc. Deci fii întotdeauna răbdător în rugăciune şi fii

încredinţat că rugăciunea nu rămâne niciodată fără rod. Dacă nu primeşti ceea ce ai cerut, crede că primeşti sau vei primi alt dar în loc; dacă nu vezi sau nu vei vedea aceasta, nu întreba de ce, ci mai bine gândeşte-te la nevrednicia ta şi umple sufletul tău cu cugete şi simţăminte smerite. Dacă reînnoieşti şi întăreşti în tine astfel de simţăminte ca urmare a rugăciunilor, atunci, chiar dacă nu primeşti absolut nimic, nu numai văzut, ci şi nevăzut, ia drept rod al rugăciunilor înseşi aceste simţăminte, care sunt şi mântuitoare pentru tine şi plăcute lui Dumnezeu.

Ascultă ceea ce spune Sfântul Ioan Gură de Aur: „Mare bunătate este rugăciunea, dacă se face cu dispoziţie cuvenită şi dacă ne vom învăţa pe noi ca şi atunci când primim cele cerute, şi atunci când nu le primim, să mulţumim lui Dumnezeu. Pentru că El şi atunci când dă, şi atunci când nu dă, o face spre folosul nostru. Astfel, atunci când primeşti ceea ce ai cerut, este limpede că l-ai primit, iar atunci când nu primeşti, tot ai primit, pentru că nu ai primit ceea ce într-adevăr nu-ţi era de folos; căci să nu primeşti ceea ce nu ţi-e de folos înseamnă să te învredniceşti de ce este de folos. Deci, fie că primeşti, fie că nu primeşti ceea ce ai cerut, mulţumeşte lui Dumnezeu, crezând că Dumnezeu ne-ar fi dat întotdeauna cele cerute, dacă nu ar fi fost adesea mai de folos pentru noi să nu primim ceea ce am cerut".

Deci întotdeauna roagă-te cu răbdare lui Dumnezeu şi mulţumeşte-I Lui pentru toate, crezând şi mărturisind că este bun faţă de tine şi preaînţelept, şi este preaiubitorul tău Făcător de bine şi atunci când îţi dă, şi când nu îţi dă după cererea ta. Cu această credinţă neclintită rămâi în supunere smerită faţă de pronia dumnezeiască, întâmpinând cu bucurie şi mulţumire tot ceea ce ţi se întâmplă, fie plăcut sau neplăcut.

CAPITOLUL 47

Ce este rugăciunea minţii sau lăuntrică şi de câte feluri este

(Rugăciunea minţii, sau lăuntrică, are loc atunci când cel ce se roagă, adunându-şi mintea în inimă, de acolo, nu prin cuvânt auzit, ci prin cuvânt neauzit, îşi trimite rugăciunea către Dumnezeu, slăvindu-L şi mulţumindu-I, mărturisindu-şi cu inima zdrobită păcatele în faţa Lui şi cerând de la El darurile cele de trebuinţă pentru suflet şi trup. Trebuie să ne rugăm nu numai cu cuvântul, ci şi cu mintea, şi nu numai cu mintea, ci şi cu inima, pentru ca mintea să vadă limpede şi să înţeleagă ceea ce se rosteşte prin cuvânt, iar inima să simtă ceea ce cugetă mintea în vremea aceea. Toate acestea îmbinate laolaltă formează rugăciunea cea adevărată, iar dacă în rugăciunea ta lipseşte ceva din acestea, atunci ea fie este rugăciune nedesăvârşită, fie nu este deloc rugăciune.)

Tu ai auzit, probabil, cuvinte ca acestea: rugăciune grăită, rugăciune a minţii, rugăciune a inimii, pe deasupra poate ai auzit şi vreo părere cu privire la fiecare dintre ele. Dar de unde provine o astfel de desfacere a rugăciunii în părţile din care este alcătuită? Din faptul că, datorită neglijenţei noastre, se întâmplă că uneori limba rosteşte cuvintele sfinte ale rugăciunii, iar mintea rătăceşte cine ştie pe unde; iar alteori înţelege şi mintea cuvintele rugăciunii, dar inima nu le răspunde cu simţirea ei. În întâiul caz rugăciunea este doar rostită şi nu e deloc rugăciune; în cel de-al doilea caz şi rugăciunea gândită cu mintea se uneşte cu rugăciunea glăsuită, dar aceasta este o rugăciune nedesăvârşită, neîmplinită. Rugăciunea deplină şi adevărată are loc atunci când împreună cu cuvântul rugăciunii şi cu gândul rugăciunii se adună laolaltă şi simţirea rugăciunii.

Există, prin darul lui Dumnezeu, şi o rugăciune numai a inimii, şi aceasta este rugăciunea duhovnicească, mişcată de Duhul Sfânt în inimă; cel ce se roagă este conştient de ea, dar nu el o săvârşeşte, ci ea singură se lucrează într-însul. O astfel de rugăciune este darul celor desăvârşiţi. Însă rugăciunea accesibilă şi care se cere tuturor este aceea în care cugetul şi simţirea sunt unite totdeauna cu cuvintele rugăciunii.

Mai este un fel de rugăciune ce se numeşte stare înaintea Domnului, când cel ce se roagă, concentrându-se în întregime înăuntrul inimii, Îl contemplă acolo cu mintea pe Dumnezeu prezent lângă el şi în el, şi are simţămintele corespunzătoare acestei vederi: fie frică de Dumnezeu şi uimire plină de evlavie în faţa măreţiei Lui, fie credinţă şi nădejde, fie dragoste şi lăsare în voia Lui, fie zdrobire a inimii şi hotărâre pentru orice jertfă. La starea aceasta se poate ajunge când cineva se adânceşte în rugăciunea obişnuită, cea prin cuvânt, cu mintea şi cu inima. Cine se roagă mult şi precum se cuvine, la acela aceste stări se vor repeta din ce în ce mai des, astfel încât în cele din urmă o astfel de stare poate să devină permanentă, iar atunci ea se numeşte umblare înaintea lui Dumnezeu şi este rugăciune neîncetată. Într-o asemenea stare a petrecut Sfântul Proroc David, care mărturiseşte despre sine însuşi: *Văzut-am pe Domnul înaintea mea pururea, că de-a dreapta mea este, ca să nu mă clatin* (Ps. 15, 18).

Deci, fratele meu, dacă vrei ca rugăciunea ta să fie roditoare, niciodată să nu te limitezi în rugăciunea ta doar la cuvintele rugăciunii, ci roagă-te şi cu mintea şi cu inima: cu mintea – înţelegând şi conştientizând toate cuvintele rugăciunii, cu inima – simţind toate acestea. Cel mai mult să te rogi cu inima. Rugăciunea care izbucneşte din inimă este ca o săgeată de fulger, care

într-o clipă străbate cerurile şi se arată înaintea tronului lui Dumnezeu. Iar Dumnezeu o ascultă şi se apleacă asupra ei cel mai mult. Cu o astfel de rugăciune s-a rugat Moise înaintea Mării Roşii şi îndată a auzit glasul lui Dumnezeu: *Ce strigi către mine?* (Ieş. 14, 15). Şi a primit putere de la Dumnezeu să izbăvească pe poporul său de nenorocirea ce îl ameninţa.

CAPITOLUL 48

Cum să înveţi să te rogi în acest chip

Îmi închipui că la citirea celor de mai sus în tine s-a născut întrebarea: cum să învăţ această rugăciune? Şi iată răspunsul: deprinde-te să te rogi întotdeauna chiar aşa, adică nu numai cu cuvântul, ci şi cu mintea şi cu inima, şi o vei învăţa. Cum ai învăţat să citeşti? Te-ai ostenit cu aceasta şi ai învăţat. Cum ai învăţat să scrii? Te-ai pus pe scris şi ai învăţat. Aşa vei învăţa şi să te rogi, precum am arătat, dacă te vei ruga chiar aşa.

Cuvintele rugăciunii le ştii desigur, încă de mic ai fost învăţat cu ele. Ele se găsesc în cărţile noastre de rugăciune şi în cărţile de slujbă bisericeşti. Ele sunt rugăciuni revărsate din inimile sfinţilor bărbaţi şi ale sfintelor femei atunci când, fiind mişcaţi de Duhul Sfânt, şi-au rostit înaintea lui Dumnezeu dorinţele inimii lor. În ele este cuprins duhul rugăciunii, cu care te vei umple şi tu, dacă le vei citi aşa cum se cuvine, precum duhul unui scriitor se transmite celui care îi citeşte scrierile cu atenţie deplină. Toţi încearcă sentimentul acesta, eu cred că l-ai încercat şi tu.

Aceste cuvinte de rugăciune sunt adunate în cărţile noastre de rugăciune, aşa că nu trebuie să te osteneşti să le aduni. Deci să ai cartea ta de rugăciune şi la timpul stabilit pentru rugăciune, de obicei dimineaţa şi seara,

citeşte rugăciunile aşezate acolo, luând aminte la fiecare cuvânt, cugetând aşa cum ţi se arată acolo, dar străduindu-te să reproduci în inima ta acele simţăminte pe care le nasc rugăciunile citite. Asta este tot! Şi aşa fac de obicei toţi.

E adevărat, vei zice, aşa fac de obicei toţi. Dar de ce nu au toţi rugăciunea cuvenită? Pentru că deşi fac aceasta, adică iau cartea de rugăciune, stau în faţa icoanelor şi citesc, însă mintea şi inima lor nu sunt acolo: mintea rătăceşte cine ştie pe unde, iar inima se îndulceşte de lucrurile ei, iar nu de rugăciune. Iar tu, rugându-te, închide-ţi şi mintea ta în rugăciune, iar cu inima ta să simţi cele rostite, şi îndată vei simţi rodul unor astfel de rugăciuni.

Deci cuvintele rugăciunii le ai, ce înseamnă să le înţelegi şi să le simţi ştii şi este în puterea ta. Aşadar, rugăciunea şi reuşita ei se află în mâinile tale. Osteneşte-te cu sârguinţă şi vei reuşi. Îţi propun, totuşi, câteva îndrumări pentru o reuşită cât mai uşoară.

1) Străduieşte-te ca în restul timpului liber, nu în vremea de rugăciune, să aprofundezi înţelesul rugăciunilor pe care ţi le-ai propus să le faci şi să te laşi pătruns de acesta în simţirea ta. Făcând aceasta, în vremea rugăciunii nu vei întâmpina nici o greutate să reproduci în tine tot conţinutul rugăciunii pe care o citeşti. Ba încă de îndată ce vei începe vreo rugăciune, gândurile şi simţirile ei se vor prezenta înaintea conştiinţei tale şi vei rosti cuvintele rugăciunii ca şi cum ar fi a ta proprie şi ar ieşi din inima ta, fiind născute în ea, iar nu ca fiind aduse din afară.

2) Străduieşte-te, meditând şi simţind rugăciunile, să le înveţi pe de rost. Făcând aceasta, vei purta rugăciunile înăuntrul tău. Atâta timp cât ele sunt în cartea de rugăciuni, ele sunt în afara ta; iar când le vei învăţa, ele

vor fi înăuntrul tău şi, în orice împrejurări te vei afla, totdeauna vei avea cartea ta de rugăciuni cu tine. Pe lângă aceasta, învăţând rugăciunile, vei întipări mai adânc în tine gândurile şi simţămintele rugătoare, decât dacă doar le-ai fi meditat şi le-ai fi simţit. Dintr-o asemenea deprindere, în tine se va naşte o dispoziţie de rugăciune, cu condiţia ca nu numai să înveţi cuvintele, ci să şi asimilezi gândurile şi simţămintele care sunt conţinute în rugăciuni. Iar aceasta este cea mai bună cale spre reuşită în dobândirea obişnuinţei rugăciunii adevărate.

3) Când va veni vremea rugăciunii, să nu începi să te rogi dintr-o dată, imediat ce te-ai rupt de treburile obişnuite, ci mai înainte pregăteşte-te pentru aceasta: „stai puţin în tăcere, până ce se vor linişti simţurile tale", precum te învaţă cartea de rugăciuni, şi adu-ţi aminte de ce te apuci şi ce vrei să săvârşeşti, cine eşti tu, cel care urmează să te rogi, şi cine este Cel înaintea Căruia îţi vei rosti rugăciunile tale, şi ce anume eşti dator să rosteşti şi cum. Această pregătire trebuie făcută neapărat: dimineaţa – pentru că îndată după deşteptare sufletul este îngreunat de somn şi de năvala grijilor pentru treburile zilei, şi seara – din pricina feluritelor impresii din timpul zilei şi mai ales a întâmplărilor deosebite şi neobişnuite, plăcute şi neplăcute, petrecute. Străduieşte-te să le scoţi pe toate afară din minte, pentru ca lucrarea rugăciunii să absoarbă apoi toată atenţia ta şi să poţi să-i dedici numai ei timpul ce îţi stă înainte. Dacă nu reuşeşti să te descurci cu impresiile prilejuite de nişte împrejurări deosebite, fă din ele subiectul rugăciunii tale, fie de mulţumire, fie de cerere de ajutor şi de izbăvire, fie de lăsare a lor şi a ta, şi a tot ceea ce ai, în voia Domnului.

4) Chiar înainte de a începe rugăciunea să conştientizezi şi să simţi cu frică şi cu evlavie că te afli în prezenţa lui Dumnezeu, trezind în inima ta credinţa

vie că Dumnezeu te vede şi te ascultă, că El nu se întoarce de la cei ce se roagă, ci priveşte cu bunăvoinţă la ei şi la tine în vremea acestei rugăciuni. Întraripează-te cu nădejdea că El este pregătit să împlinească şi împlineşte cu adevărat cererea ta, dacă este de folos pentru sufletul tău.

5) Pregătindu-te astfel, rosteşte rugăciunile tale, adâncindu-te cu toată silinţa în ele şi îngrijindu-te în tot chipul ca ele să pornească din inimă, ca şi cum ar fi ale tale proprii, deşi ele au fost învăţate pe de rost. Nu îngădui atenţiei tale să se abată în altă parte şi gândurilor tale să zboare aiurea. De îndată ce vei conştientiza că aceasta s-a întâmplat, întoarce-ţi gândurile tale înăuntru şi începe din nou rugăciunile din acel loc din care atenţia ta s-a abătut la altceva. Bagă de seamă că atenţia nu se răspândeşte când inima se află în simţăminte de rugăciune. Deci îngrijeşte-te de aceste simţiri mai mult decât de orice altceva. Nu îţi îngădui să te grăbeşti la rostirea rugăciunilor, ci du-le până la sfârşit cu evlavie şi cu răbdare, ca pe o lucrare sfântă.

6) Dacă în timpul rostirii rugăciunilor într-o astfel de dispoziţie şi rânduială, vreun subiect al rugăciunii îţi mişcă inima în mod deosebit şi îţi captivează atenţia, fiind asemenea împrejurărilor în care te afli, dacă trezeşte în tine propriile tale cuvinte de rugăciune, nu lăsa acest prilej să treacă pe lângă tine, ci opreşte-te asupra lui şi roagă-te cu cuvintele tale, până când simţământul şi nevoia de rugăciune sunt împlinite.

7) Dacă te străduieşti să săvârşeşti astfel rostirea rugăciunii, atunci vei dobândi o dispoziţie de rugăciune pe care trebuie să te îngrijeşti să o păstrezi cât poţi de mult. De aceea să nu te grăbeşti îndată la treburile obişnuite şi niciodată să nu te gândeşti că, săvârşind pravila de rugăciune, ţi-ai împlinit datoria faţă de

Dumnezeu şi acum poţi să dai frâu liber gândurilor şi simţirilor tale. Nu, ci şi în restul zilei eşti dator să te străduieşti să te comporţi aşa ca şi cum ai fi în timpul pravilei de rugăciune. Pentru a reuşi aceasta, nu uita că umbli înaintea lui Dumnezeu şi că numai mâna Sa te ţine deasupra prăpastiei pierzării. Ţinând minte aceasta, orice lucru al tău, şi mai mare, şi mai mic, săvârşeşte-l aşa cum vrea Dumnezeu, cerându-I binecuvântare pentru el şi închinând totul spre slava numelui Său. Făcând astfel, îţi vei menţine buna dispoziţie de rugăciune până la vremea rugăciunii de seară. Săvârşind şi pravila de seară în acelaşi fel, vei dormi bine noaptea. Şi iată, ai petrecut o zi întreagă într-o bună dispoziţie de rugăciune. Fă aşa în fiecare zi şi vei deveni un rugător puternic în câteva luni sau chiar săptămâni, iar rugăciunea, precum o candelă nestinsă, va arde neîncetat în inima ta.

8) Mai adaug încă o mică regulă, şi anume: necesitatea ca lucrarea rugăciunii să nu se întrerupă niciodată, de la începutul ei până la reuşita în ea... Căci dacă acum te rogi bine şi te menţii în dispoziţie de rugăciune, iar mâine îţi faci voia şi îţi petreci ziua fără de înfrânare, atunci niciodată nu vei spori în rugăciune. Aceasta este acelaşi lucru cu a zidi şi a dărâma... Şi poţi ajunge până la starea în care rugăciunea se stinge cu totul, iar sufletul se face neputincios pentru ea. Deci începând, trebuie să te menţii cu răbdare în rugăciune, neslăbind şi nefiind îngăduitor faţă de sine.

CAPITOLUL 49

Despre rugăciunea cu cuvintele proprii

Tot ce s-a spus până acum a fost despre rugăciuni sau pravile de rugăciuni cu cuvinte de-a gata, care, chiar dacă sunt rostite cu atenţie şi simţire, totuşi sunt cu

cuvinte străine. Trebuie să ne limităm la acestea întotdeauna? Celui ce se roagă însăşi rugăciunea îi va răspunde la această întrebare. Apucă-te de rugăciune aşa cum se cuvine, cu rugăciuni învăţate pe de rost, iar rugăciunea chiar de la început va începe să se altoiască pe suflet şi, după puterea cu care se altoieşte, va îndemna pe cel ce se roagă să înalţe şi propriile sale rugăciuni alcătuite în inima sa, după propriile nevoi. Iar el în timpul fiecărei pravile va înălţa către Dumnezeu şi astfel de rugăciuni. În acest chip, rugăciunea proprie va avea locul şi cinstea ei în lucrarea rugăciunii.

Ţi-am amintit deja în capitolul anterior (punctul 6) că atunci când în vremea pravilei anumite cuvinte ale rugăciunii rostite se ating de sufletul tău şi îl mişcă, să nu le laşi nebăgate în seamă, ci opreşte-te asupra lor şi tu însuţi de la sine roagă-te pentru ceea ce mişcă sufletul tău. Aşa să şi faci. Dar acelaşi lucru se poate întâmpla şi la citirea cuvântului lui Dumnezeu sau a cărţilor folositoare de suflet ale Sfinţilor Părinţi, sau la cugetarea despre lucrurile dumnezeieşti – despre măreţia şi desăvârşirea lui Dumnezeu, despre lucrările minunate ale creaţiei lui Dumnezeu, despre atotputernicia şi pronia Sa şi despre preaminunata lucrare a iconomiei întrupării pentru mântuirea noastră; de asemenea se mai poate întâmpla şi în cazuri deosebit de impresionante şi mişcătoare ale vieţii de zi cu zi, adică atunci când un anumit lucru mişcă sufletul în mod deosebit, îi reţine atenţia şi îl îndeamnă să se înalţe în rugăciune spre Dumnezeul cel Preaînalt. În toate aceste situaţii nu lăsa nebăgat în seamă imboldul care se naşte, ci împlineşte-i cererea, oprind pentru o vreme ocupaţia în care erai când aceasta s-a petrecut.

Aceste imbolduri spontane arată că rugăciunea a început să se sălăşluiască în inima ta şi să o umple. Căci

acestea nu se arată de prima dată când te dedici ostenelii deprinderii cu rugăciunea, ci după o perioadă mai îndelungată sau mai scurtă. Ele sunt o mărturie a sporului în lucrarea rugăciunii; şi cu cât sunt mai dese astfel de imbolduri lăuntrice, cu atât mai mult duhul rugăciunii umple inima aceea în care se nasc. În cele din urmă ar trebui să ajungi a te ruga totdeauna numai cu rugăciunea proprie. Dar aceasta nu se întâmplă şi rugăciunea proprie se reîntoarce întotdeauna la pravila cu cuvinte de-a gata, pentru că ele sunt de acelaşi fel şi au aceeaşi treaptă de vrednicie, iar dacă e să fie înlocuite, aceasta se face prin starea înaintea lui Dumnezeu în rugăciune contemplativă, fără cuvinte.

Ia aminte că uneori în astfel de cazuri se naşte numai imboldul spre o rugăciune anume, iar alteori odată cu imboldul se alcătuieşte în inimă şi rugăciunea, fără efort din partea celui ce se roagă. În primul caz trebuie să-ţi compui tu singur o rugăciune potrivită, dar în al doilea trebuie doar să iei aminte şi să nu împiedici rugăciunea care iese din inimă. Cu această ocazie îţi amintesc un lucru: să nu te ispitească dorinţa să-ţi alcătuieşti rugăciuni proprii fără imboldul lăuntric arătat şi fără de trebuinţă. Desigur, poţi să compui o cuvântare foarte inteligentă adresată lui Dumnezeu, dar aceasta nu va fi o rugăciune, ci o înşiruire de cuvinte şi gânduri fără duh de rugăciune. Să nu faci aşa. Nu vei scăpa de slavă deşartă şi de părere de sine, iar acestea înăbuşesc adevărata rugăciune şi o curmă.

În ceea ce priveşte rugăciunea care se alcătuieşte singură în inimă dimpreună cu nevoia de a te ruga pentru un lucru care te priveşte pe tine personal şi este de trebuinţă şi de folos pentru tine, uneori ea este creaţia ta proprie din acele elemente de rugăciune care s-au adunat în inimă prin asimilarea şi învăţarea rugăciunilor de-a

gata, iar alteori ea este produsă de acțiunea harului lui Dumnezeu. În aceste cazuri ea este sămânța și germenul rugăciunii duhovnicești de care am pomenit în capitolul 47. Când te vei învrednici de aceasta, va însemna că te apropii de limitele desăvârșirii accesibile ție. Mulțumește atunci lui Dumnezeu, dar pășește cu mai multă frică și cutremur pe căile vieții. Căci cu cât este mai de preț comoara, cu atât mai puternic se aprind ochii zavistnici ai vrăjmașului.

CAPITOLUL 50

Despre rugăciunile scurte sau scurtele suspinuri de rugăciune către Dumnezeu

Nu o dată am spus deja că adevărata rugăciune este rugăciunea lăuntrică, săvârșită nu numai cu cuvintele, ci și cu mintea și cu inima. O astfel de rugăciune pune stăpânire pe întreaga luare aminte și o ține înăuntru în inimă, din care cauză rămânerea înăuntru este o trăsătură nelipsită a rugăciunii adevărate și principala ei condiție. De rămânerea înăuntru în lucrarea rugăciunii sunt nedespărțite gândul la Dumnezeu care este de față, văzându-ne și ascultându-ne rugăciunea, dimpreună cu respingerea oricărui alt gând. Aceasta se numește trezvie sau păzirea inimii. De aceea toată grija celui ce se ostenește pentru sporirea în rugăciune ar trebui să fie îndreptată îndeosebi spre rămânerea sa totdeauna în inimă, fără să iasă, păzind-o cu trezvie de orice gând, în afară de gândul la Unul Dumnezeu; și orice ar avea de făcut, să facă neabătându-și atenția de la Dumnezeu și fiind conștient de prezența Lui, ca și cum s-ar afla înaintea Sa. Aceasta este cea mai înaltă lucrare în osteneala rugăciunii. Calea către ea, și chiar și spre conștientizarea nevoii și trebuinței ei, o deschide pravila săvârșită în

felul în care am arătat. Ea este prima care învaţă mintea să se concentreze în inimă şi să ia aminte numai la Dumnezeu. Înţelegând cât de binefăcătoare este această concentrare, cel ce se osteneşte cu rugăciunea doreşte în mod firesc ca aceasta să fie starea permanentă a duhului său, căci atunci rugăciunea ar curge neîncetat în el. Iar cel ce doreşte caută să-şi satisfacă această dorinţă. Şi toţi cei care au simţit o astfel de nevoie au căutat şi caută acest lucru. Toate învăţăturile Sfinţilor Părinţi despre trezvie şi paza inimii sunt îndreptate spre aceasta şi sunt roadele reuşitelor în această osteneală.

Dacă şi tu simţi o asemenea nevoie, atunci vei întreba: cum să dobândesc această rămânere înăuntru înaintea feţei lui Dumnezeu, fără de ieşire, cu trezvie şi cu paza minţii? Pravila îţi deschide drumul şi îţi pune la îndemână cele necesare, dar lucrarea în sine nu ţi-o dă şi nu te duce la puterea şi desăvârşirea necesare. Pravila este complexă. Ea conţine şi pune înaintea atenţiei multe lucruri, care, chiar dacă toate sunt sfinte, pot, totuşi, să-ţi aducă aminte de alte subiecte ce ţin de viaţa de zi cu zi şi de cea a societăţii, şi prin ele şi de lucruri lumeşti nepotrivite, conform legilor obişnuite ale asocierii gândurilor şi imaginaţiilor. Aşa se şi întâmplă. Până şi pravila cea mai osârdnică nu se săvârşeşte fără ca gândul să nu se abată şi să nu rătăcească. Şi fiindcă astfel rugăciunea se tulbură şi se face necurată, nu este nici un rugător care să nu fie supărat de acest lucru şi să nu dorească să se izbăvească de o astfel de neputinţă. Încă din primele zile ale istoriei nevoinţei atenţia a fost îndreptată spre rezolvarea acestei probleme. Deci ce soluţie a fost descoperită pentru tămăduirea ei? Soluţia este să te rogi cu rugăciuni scurte, care, ţinând gândul înaintea feţei lui Dumnezeu, nu i-ar da prilej să se abată în altă parte şi l-ar face să rămână înăuntru, fără să iasă

afară. Despre aceasta mărturiseşte Cuviosul Ioan Casian, arătând că în vremea sa această lucrare era peste tot în Egipt. Din învăţăturile altor părinţi vedem că ea era folosită şi în Sinai, şi în Palestina, şi în Siria, şi în toate celelalte locuri, în toată lumea creştină. Chemarea „Doamne, miluieşte!” şi alte rugăciuni scurte, de care sunt pline toate rânduielile slujbelor noastre dumnezeieşti şi toate pravilele de rugăciune, oare ce altceva înseamnă decât aceasta? Deci iată sfatul meu: alege-ţi o rugăciune scurtă sau câteva rugăciuni de acest fel şi, prin repetarea lor deasă, vei ajunge până la punctul în care ele se vor repeta singure pe limba ta şi îţi vor ţine gândul numai la un singur lucru – la cugetarea la Dumnezeu.

Rămâne la libertatea fiecăruia să aleagă ce fel de rugăciuni doreşte. Citeşte Psaltirea. Acolo în fiecare psalm poţi întâlni chemări însufleţitoare către Dumnezeu. Dintre ele alege pe cele care sunt mai apropiate de starea ta şi îţi sunt mai pe suflet; apoi învaţă-le şi repetă-le ba pe una, ba pe a doua, ba pe a treia. Cu ele să alternezi pravila ta şi ele să fie pe limba ta în toată vremea şi în toate lucrările tale în intervalul de la săvârşirea unei pravile la alta. Poţi să-ţi alcătuieşti şi propriile tale rugăciuni, care să-ţi exprime mai bine nevoia ta, după modelul celor 24 de rugăciuni scurte ale Sfântului Ioan Gură de Aur, pe care le ai în cartea de rugăciune la rugăciunile de dimineaţă.

Însă nu alege prea multe, ca să nu-ţi încarci memoria cu ele şi să nu-ţi sileşti luarea aminte să se împrăştie după ele, ceea ce ar fi cu totul împotriva scopului pentru care au fost alese – adică să ţii atenţia concentrată. Cele 24 de rugăciuni ale Sfântului Ioan Gură de Aur sunt destule, se poate şi mai puţine. Este bine să nu ai numai una, ci câteva, pentru diversitate şi pentru a trezi gustul duhovnicesc. Însă la folosirea lor nu

trebuie să treci repede de la una la alta, ci, alegând una care este mai apropiată de nevoia ta duhovnicească, cheamă-L cu ea pe Dumnezeu până când gustul pentru ea slăbeşte. Poţi chiar şi toată pravila ta sau o parte din ea să o înlocuieşti cu aceste rugăciuni scurte, punându-ţi rânduială să le repeţi de câteva ori – de 10, de 50 sau de 100 de ori, cu închinăciuni. Dar totdeauna să ai în vedere un singur lucru – să ţii luarea aminte la Dumnezeu neîntrerupt.

Această lucrare o vom numi scurte suspine de rugăciune către Dumnezeu, repetate în orice moment al zilei şi nopţii, în care nu dormim.

CAPITOLUL 51

Despre rugăciunea lui Iisus

Au fost şi încă mai sunt rugători care au îndrăgit o mică rugăciune scurtă şi au repetat-o neîncetat. Sfântul Casian spune că în Egipt, în vremea sa, o rugăciune scurtă folosită de toţi era primul stih al psalmului 69: *Dumnezeule, spre ajutorul meu ia aminte, Doamne, să-mi ajuţi mie grăbeşte-Te.* Despre Sfântul Ioanichie se scrie în viaţa sa că el întotdeauna repeta rugăciunea: „Nădejdea mea este Tatăl, scăparea mea este Fiul, acoperământul meu este Duhul Sfânt". Pe aceasta o adăuga şi la fiecare stih al celor treizeci de psalmi pe care i-a învăţat şi care alcătuiau pravila sa de rugăciune. Un altul avea drept rugăciune neîncetată cuvintele următoare: „Eu ca un om am greşit, iar Tu, ca un Dumnezeu îndurător, miluieşte-mă". Alţii, bineînţeles, au îndrăgit alte rugăciuni. Din cele mai vechi timpuri foarte mulţi au ales rugăciunea: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluieşte-mă pe mine, păcătosul". Putem găsi menţiuni despre ea la Sfinţii

Efrem, Ioan Gură de Aur, Isaac Sirul, Isihie, Varsanufie şi Ioan, precum şi la Sfântul Ioan Scărarul. Mai apoi ea a devenit din ce în ce mai generală, a început să fie pe buzele tuturor şi a intrat chiar şi în rânduiala bisericească, care o propune în locul tuturor pravilelor de acasă şi a tuturor slujbelor bisericeşti. Din această pricină ea este cea mai folosită dintre rugăciunile scurte la noi. Aşadar, străduieşte-te şi tu să te obişnuieşti cu ea.

Această rugăciune se numeşte a lui Iisus pentru că ea se adresează Domnului Iisus. Ea este prin alcătuirea ei rostită, ca şi oricare altă rugăciune scurtă, dar devine a minţii şi trebuie să se numească aşa atunci când este înălţată nu numai cu cuvintele, ci şi cu mintea şi cu inima, cu conştiinţa şi simţirea conţinutului ei, şi mai ales atunci când, prin îndelungată exersare cu luare aminte, se îmbină într-atâta cu mişcările duhului, încât numai acestea se văd a fi prezente înăuntru, iar cuvintele parcă lipsesc. Orice rugăciune scurtă se poate ridica la această treaptă. Însă rugăciunea lui Iisus are întâietate pentru că ea uneşte sufletul cu Domnul Iisus, iar Domnul Iisus este singura uşă către comuniunea cu Dumnezeu, care este scopul spre care tinde rugăciunea. Căci El Însuşi a spus: *Nimeni nu vine la Tatăl decât prin Mine* (In. 14, 6). De aceea, cel care o dobândeşte îşi însuşeşte toată puterea iconomiei întrupării, în care se află mântuirea noastră. Auzind aceasta, tu nu te vei mai mira că râvnitorii mântuirii nu şi-au cruţat eforturile în strădania lor de a deprinde această rugăciune şi a-şi însuşi puterea ei. Deci ia şi tu exemplu de la ei.

Deprinderea exterioară a rugăciunii lui Iisus constă în a ajunge la starea în care ea singură de la sine se repetă pe limbă, iar cea interioară în concentrarea atenţiei minţii în inimă şi starea neîncetată astfel înaintea Domnului, însoţită de căldura inimii în diferite trepte şi

respingerea tuturor celorlalte gânduri, şi mai ales de căderea la picioarele Mântuitorului cu zdrobire şi smerenie. Începutul acestei deprinderi se întemeiază pe repetarea rugăciunii cât mai des cu putinţă, ţinând atenţia în inimă. Repetarea deasă, statornicindu-se, adună mintea într-un loc, ca să stea înaintea Domnului. Statornicirea unei astfel de stări lăuntrice este însoţită de încălzirea inimii şi de alungarea chiar şi a gândurilor simple, nu numai a celor pătimaşe. Când în inimă va începe să ardă neîncetat focul alipirii de Domnul, atunci împreună cu acesta se sălăşluieşte înăuntru o aşezare paşnică a inimii, însoţită de o cădere zdrobită şi smerită a minţii înaintea Domnului. Până aici ne aduce osteneala noastră proprie, cu ajutorul harului lui Dumnezeu. Ceea ce se poate săvârşi în plus în lucrarea rugăciunii, mai înalt decât aceasta, aceea va fi numai darul harului. La Sfinţii Părinţi se aminteşte despre aceasta numai pentru ca acela ce va atinge măsura arătată să nu se gândească că acum nu mai are nimic de râvnit şi ca să nu i se pară că a ajuns la vârful desăvârşirii în rugăciune şi în duhovnicie.

Deci, prima sarcină care îţi stă înainte este să repeţi des, cât mai des, rugăciunea lui Iisus, până când te deprinzi să o repeţi neîncetat. Fă aceasta astfel:

1) Stabileşte în pravila ta de rugăciune şi o parte destinată rugăciunii lui Iisus. Fă de câteva ori această rugăciune la începutul pravilei tale şi de câteva ori după ea. Dacă ai râvnă, fă aceasta şi după fiecare rugăciune care intră în alcătuirea pravilei, urmând Sfântului Ioanichie cel Mare, care după fiecare stih din psalmii rostiţi în pravila sa, repeta scurta sa rugăciune: „Nădejdea mea este Tatăl, scăparea mea este Fiul, acoperământul meu este Duhul Sfânt”.

2) Stabileşte tu singur sau cu sfatul părintelui tău duhovnic de câte ori să repeţi această rugăciune în fiecare situaţie. Numai să nu hotărăşti un număr mare la început, însă mai apoi, pe măsura îndulcirii cu această rugăciune, mai adaugă câte puţin. Dacă vreodată îţi vine dorinţa să repeţi din nou numărul hotărât, nu te opri de la aceasta, nefăcând însă din aceasta o regulă generală, ci procedând astfel doar în cazul de faţă. Şi de câte ori inima ta îţi va cere astfel de repetări, să nu o refuzi.

3) Nu te grăbi să turui o rugăciune după alta, ci rosteşte-le măsurat, precum se vorbeşte în mod obişnuit în faţa unei persoane însemnate, atunci când i se cere ceva. Totuşi, nu te îngriji numai de cuvinte, ci mai ales de faptul ca mintea să fie în inimă şi să stea înaintea Domnului, ca şi cum El ar fi de faţă, cu deplina conştientizare a măreţiei, a harului şi adevărului Său.

4) Dacă ai timp liber, atunci, în intervalul dintre săvârşirea unei pravile şi a alteia, opreşte-te, precum o faci de obicei când stai la rugăciune, şi înalţă de câteva ori această rugăciune către Domnul. Iar dacă nu ai timp liber, atunci repetă înăuntrul tău această rugăciune pretutindeni printre faptele şi chiar vorbele tale.

5) Săvârşind această rugăciune în timpul pravilei sau în afara ei, şi stând în poziţia de rugăciune, de fiecare dată când o rosteşti să faci o închinăciune, iar la zece închinăciuni să faci o metanie, şi aşa până termini. Bineînţeles, tu ai auzit sau ai citit că Sfinţii Părinţi în rânduielile lor de rugăciune hotărăsc multe închinăciuni. Unul dintre ei a zis: „nu este deplină rugăciunea atunci când nu se osteneşte trupul cu închinăciuni în vremea ei". Dacă, după puterea ta, îţi propui să urmezi acest sfat, atunci degrabă vei vedea rodul ostenelilor tale pentru deprinderea rugăciunii lui Iisus.

6) Despre alte învăţături, indicaţii şi atenţionări în ceea ce priveşte rugăciunea lui Iisus citeşte în *Filocalie* la Sfântul Simeon Noul Teolog, Grigorie Sinaitul, Nichifor monahul, Ignatie şi Calist. Şi învăţăturile celorlalţi Părinţi despre rugăciunea interioară pot fi aplicate la rugăciunea lui Iisus. Ia aminte: în învăţăturile părinţilor pe care i-am amintit vei găsi indicaţii cum să stai, cum să ţii capul şi să respiri. Aceste tehnici, precum au spus Calist şi Ignatie, nu sunt neapărat necesare, ci sunt doar ajutoare exterioare, care nu sunt potrivite pentru toţi. Pentru tine este de ajuns să stai cu atenţia în inimă înaintea lui Dumnezeu şi să înalţi către El această scurtă rugăciune cu evlavie şi smerenie, cu închinăciuni, când stai la pravilă, şi doar cu metanie gândită atunci când o săvârşeşti printre alte lucrări.

7) Ia aminte, de asemenea, că trebuie să fii cu atenţia în inimă sau înăuntrul pieptului, precum spun unii părinţi, puţin deasupra sânului stâng, şi acolo să repeţi rugăciunea lui Iisus. Atunci când din pricina încordării inima începe să te doară, atunci lasă locul acela, precum sfătuieşte monahul Nichifor, şi statorniceşte-te cu atenţia şi cu cuvintele rugăciunii acolo unde conversăm de obicei cu noi înşine, sub mărul lui Adam, în partea de sus a pieptului. După aceea iarăşi să cobori deasupra sânului stâng. Nu dispreţui această observaţie, oricât ţi s-ar părea de simplă şi de puţin duhovnicească.

8) La Sfinţii Părinţi vei întâlni multe atenţionări. Toate acestea au fost prilejuite de experienţele folosirii unor procedee greşite. Pentru a evita aceste greşeli, ar trebui să ai un sfătuitor – părintele duhovnic sau un frate de acelaşi gând – căruia să-i încredinţezi tot ce ţi se întâmplă în timpul ostenelii tale. Tu însuţi să lucrezi întotdeauna în cea mai mare simplitate, cu multă smerenie şi fără să-ţi atribui vreo reuşită. Să ştii că

adevăratul spor vine dinăuntru, pe nesimţite, fără a băga de seamă, precum are loc creşterea trupului. De aceea, atunci când vei auzi înăuntrul tău exclamându-se: „A, iat-o!”, să ştii că acesta este glasul vrăjmaşului, arătându-ţi ceva părelnic în locul adevăratei rugăciuni. Aici începe înşelarea de sine. Înăbuşă acest glas îndată, căci altfel va răsuna ca o trâmbiţă înăuntrul tău, hrănind părerea de sine.

9) Să nu fixezi un interval de timp necesar pentru reuşita în această rugăciune. Hotărăşte-te doar să te osteneşti şi iarăşi să te osteneşti. Vor trece luni şi ani până când se vor arăta unele slabe începuturi de reuşită. Unul din părinţii atoniţi spunea despre sine că au trecut doi ani de osteneală până i s-a încălzit inima; la altul această căldură a venit după opt luni. La fiecare vine în funcţie de puterile lui şi de râvna pentru această lucrare.

CAPITOLUL 52

Sfaturi pentru reuşita în deprinderea rugăciunii

Dacă vrei să sporeşti în lucrarea rugăciunii şi cauţi acest lucru, atunci îndreptează tot ceea ce faci în această direcţie, pentru a nu dărâma cu o mână ceea ce zideşti cu cealaltă.

1) Înfrânează-ţi trupul cu stricteţe şi la mâncare, şi la somn, şi la odihnă; nu-i da nimic doar pentru că el o doreşte, precum a rânduit apostolul, zicând: *grija de trup să nu o faceţi spre pofte* (Rom. 13, 14). Nu da tihnă trupului.

2) Redu legăturile tale din afară doar la cele care nu pot fi evitate. Aceasta pentru vremea când înveţi să te rogi. După aceea rugăciunea, lucrând în tine, îţi va arăta ce mai poate fi adăugat fără a-i dăuna. Îndeosebi păzeşte-ţi simţurile, iar dintre ele mai ales ochii şi auzul;

încă să-ţi înfrânezi şi limba. Fără a păzi acestea nu vei face nici măcar un pas înainte în lucrarea rugăciunii. Precum nu poate lumânarea să ardă pe vânt şi pe ploaie, tot aşa nu poate nici rugăciunea să se aprindă sub revărsarea impresiilor din afară.

3) Tot timpul liber de după rugăciune foloseşte-l pentru citire şi meditaţie. Pentru citire alege mai ales cărţi în care se scrie despre rugăciune şi în general despre viaţa duhovnicească lăuntrică. Să cugeţi doar la Dumnezeu şi la lucrurile dumnezeieşti, şi mai cu seamă la iconomia dumnezeieştii întrupări pentru mântuirea noastră, iar în legătură cu aceasta mai ales la patimile şi moartea Domnului şi Mântuitorului nostru. Făcând astfel, vei fi afundat în marea luminii dumnezeieşti. Adaugă la aceasta şi mersul la biserică, ori de câte ori vei avea prilejul. Chiar şi numai simpla prezenţă în biserică te va învălui într-un nor de rugăciune. Însă ce vei primi dacă vei sta toată slujba într-o adevărată stare de rugăciune?

4) Să ştii că nu poţi să sporeşti în rugăciune dacă nu vei spori în general în viaţa creştinească. Este neapărat necesar să nu ai pe suflet nici un păcat necurăţit prin pocăinţă; iar dacă în vremea lucrării rugăciunii vei săvârşi ceva care îţi va tulbura conştiinţa, grăbeşte-te să te curăţeşti prin pocăinţă, pentru a putea privi spre Domnul cu îndrăzneală. Şi să ai neîncetat în inimă zdrobire smerită. Apoi nu pierde nici o ocazie de a face vreun bine sau de a arăta o bună dispoziţie, mai ales smerenie, ascultare şi tăierea voii proprii. Însă se înţelege de la sine că râvna pentru mântuire trebuie să ardă nestins şi, umplând întregul suflet, trebuie să fie principala forţă care te pune în mişcare în orice lucru, mic sau mare, dimpreună cu frica de Dumnezeu şi cu nădejdea neclintită.

5) Statornicindu-te în această stare, osteneşte-te cu lucrarea rugăciunii, rugându-te când cu rugăciunile de-a gata, când cu cele proprii, când cu scurte chemări de rugăciune către Domnul, când cu rugăciunea lui Iisus, dar fără a neglija nimic din cele ce pot ajuta în această lucrare. Şi vei primi ceea ce cauţi. Îţi amintesc ce zicea Sfântul Macarie Egipteanul: Dumnezeu va vedea osteneala ta la rugăciune şi că vrei cu sinceritate să reuşeşti în rugăciune şi îţi va da rugăciunea. Căci să ştii că deşi rugăciunea săvârşită şi dobândită prin sforţările proprii este rugăciune plăcută lui Dumnezeu, totuşi adevărata rugăciune, aceea care se sălăşluieşte în inimă şi se săvârşeşte neîncetat, este darul lui Dumnezeu, lucrarea harului dumnezeiesc. De aceea rugându-te pentru toate, nu uita să te rogi şi pentru rugăciune.

6) Îţi fac cunoscut ceea ce am auzit de la un iubitor de Dumnezeu. „Eu vieţuiam – zicea el – nu tocmai cum se cuvine, dar Dumnezeu s-a milostivit de mine şi mi-a trimis duhul pocăinţei. Aceasta s-a întâmplat în vremea pregătirii pentru împărtăşire. Eu mă sforţam în fel şi chip să înrădăcinez în mine hotărârea neclintită să mă îndreptez. Mai ales înainte de spovedanie m-am rugat îndelung înaintea icoanei Maicii Domnului, cerându-i să mijlocească pentru mine ca să dobândesc o astfel de hotărâre lăuntrică. Mergând apoi la spovedanie, am spus totul sincer. Părintele meu duhovnic nu mi-a spus nimic, dar când a rostit deasupra capului meu rugăciunea de dezlegare, în inima mea s-a aprins un focuşor dulce. Senzaţia a fost asemănătoare cu aceea când înghiţi ceva bun la gust. Acest focuşor a rămas în inimă şi mie mi se părea ca şi cum cineva ar fi ţinut strâns inima mea. De atunci mă rog mereu şi îmi ţin atenţia acolo unde am avut acea senzaţie, având grijă doar de un lucru, ca ea să nu plece. Iar Dumnezeu mi-a ajutat. Despre rugăciunea

lui Iisus eu nu auzisem; iar când am auzit de ea, atunci am văzut că ceea ce era în mine era chiar acel lucru care este căutat prin această rugăciune". Ţi-am adus această mărturie ca să înţelegi ce anume urmăreşte lucrarea rugăciunii şi care este semnul după care se poate şti că ai dobândit-o.

7) Voi adăuga la aceasta şi următoarele cuvinte ale Sfântului Grigorie Sinaitul: „Harul este în noi de la Sfântul Botez; dar, prin neatenţia noastră, prin îndeletnicirea cu cele deşarte şi prin neglijenţă, el este înăbuşit sau, precum talanţii, este îngropat în pământ. Când cineva se hotărăşte să trăiască cum se cuvine, râvnind pentru mântuire, atunci întreaga osteneală a lui va avea drept rod repunerea în putere a acestui dar al harului. Aceasta se face prin două mijloace: în primul rând, darul se arată prin săvârşirea cu multă osteneală a poruncilor, şi pe cât cineva sporeşte în împlinirea poruncilor, pe atât acest dar îşi arată lumina şi strălucirea sa; în al doilea rând, el vine la arătare şi se dezvăluie prin chemarea neîncetată în rugăciune a Domnului Iisus. Şi primul mijloc este puternic, dar al doilea este mai tare, aşa încât şi primul îşi câştigă prin el puterea sa. De aceea, dacă dorim sincer să deschidem sămânţa harului ascunsă în noi, să ne grăbim să învăţăm cât mai repede această deprindere din urmă a inimii şi să avem în inimă numai lucrarea rugăciunii, fără de chip şi fără formă, până când ea încălzeşte inima noastră şi o aprinde cu dragostea negrăită pentru Domnul". Aici sunt cuprinse toate cele despre care ţi-am amintit la punctul 4 de mai sus.

CAPITOLUL 53

Locul rugăciunii în războiul nevăzut

Vorbind despre rugăciune, ţi-am atras luarea aminte mai ales asupra felului în care să înalţi rugăciunea la adevărata ei vrednicie. Ţi se poate părea ciudat ca, atunci când noi vorbim despre războiul nevăzut şi tu doreşti să ştii cum te poate ajuta rugăciunea în acest război, să auzi doar despre felul în care să prefaci rugăciunea în rugăciune adevărată. Însă nu te mira de aceasta, pentru că numai atunci rugăciunea se va statornici ca armă aducătoare de biruinţă în războiul nevăzut, când va deveni adevărată, adică se va sălăşlui în inimă şi va lucra neîncetat în ea. Din acel moment ea se va face pentru suflet o îngrăditură de nepătruns, care nu poate fi cucerită şi este de netrecut. Ea nu va îngădui nici săgeţilor vrăjmaşului, nici atacurilor pătimaşe ale trupului, nici ademenirilor din partea lumii înşelătoare să ajungă până la suflet. Prin însăşi prezenţa sa în inimă, ea curmă războiul nevăzut. De aceea ai fost povăţuit: grăbeşte-te să înrădăcinezi în inimă lucrarea rugăciunii şi îngrijeşte-te ca ea să rămână acolo în mişcare necontenită. Ceea ce este acelaşi lucru cu a spune: fă aşa şi te vei arăta biruitor fără luptă.

Şi într-adevăr aşa se şi întâmplă. Dar până când rugăciunea ta va ajunge la această putere, vrăjmaşii nu-ţi vor da pace şi nici un minut nu vei putea petrece fără luptă sau fără primejdia ei. Oare este de folos rugăciunea atunci? Bineînţeles, şi chiar mai mult decât orice altă armă a războiului duhovnicesc. Ea întotdeauna atrage ajutorul lui Dumnezeu, iar puterea lui Dumnezeu îi alungă pe vrăjmaşi, cu condiţia ca rugăciunea să fie făcută cu osârdie şi cu lăsare în voia lui Dumnezeu. Locul ei se află chiar la începutul rezistenţei împotriva

atacurilor vrăjmaşului. Iată cum merg lucrurile. Când atenţia, precum o strajă neadormită, dă de ştire de apropierea vrăjmaşului şi săgeţile sale se fac simţite – adică fie un gând pătimaş, fie mişcările patimilor se arată înăuntru –, atunci duhul râvnitor pentru mântuire, recunoscând lucrarea cea vătămătoare a vrăjmaşului, prin încordarea puterilor sale o alungă fără cruţare de la inimă, nelăsând-o să pătrundă acolo, şi în acelaşi timp se înalţă prin rugăciune la Dumnezeu, chemându-L în ajutor. Ajutorul vine, vrăjmaşii sunt risipiţi şi războiul se potoleşte.

Cuviosul Ioan Colov înfăţişează aceasta întocmai, spunând despre sine: „Sunt asemenea unui om care stă sub un copac mare şi vede că de el se apropie o mulţime de fiare şi şerpi. Pentru că nu poate să stea împotriva lor, se urcă degrabă în copac şi se izbăveşte. Tot aşa şi eu: stau în chilia mea şi văd gândurile rele care se ridică asupra mea; şi pentru că îmi lipseşte puterea împotriva lor, alerg la Dumnezeu prin mijlocirea rugăciunii şi scap de vrăjmaş”.

Sfântul Isihie vorbeşte despre aceasta în cuvântul său despre trezvie şi rugăciune: „Ţi se cuvine să priveşti înăuntrul tău cu căutătură a minţii ageră şi încordată, ca să cunoşti pe cei ce intră; iar cunoscându-i, îndată cu împotrivire să zdrobeşti capul şarpelui, strigând în acelaşi timp cu suspin către Hristos Domnul. Şi vei simţi atunci nevăzutul ajutor dumnezeiesc”.

Şi iarăşi: „Astfel, de fiecare dată când se întâmplă să se înmulţească în noi gândurile viclene, să aruncăm în mijlocul lor chemarea Domnului nostru Iisus Hristos, şi îndată vom vedea că ele încep să se risipească precum fumul în văzduh, după cum ne învaţă experienţa”. Şi încă: „Lupta duhovnicească o vom duce în ordinea aceasta. Primul lucru este atenţia; după aceea, când

băgăm de seamă că a venit un gând vrăjmăşesc, să-l lovim cu mânie în inimă cu cuvânt de blestem; în al treilea rând, să ne rugăm împotriva lui, întorcând inima spre chemarea Domnului nostru Iisus Hristos, ca să se risipească îndată această nălucă drăcească, pentru ca nu cumva mintea să alerge în urma acelei năluciri, precum un copil ademenit de un oarecare scamator iscusit".

Şi încă: „Împotrivirea stăvileşte de obicei mergerea mai departe a gândurilor, iar chemarea numelui lui Iisus Hristos le alungă din inimă. De îndată ce se înfăţişează în suflet momeala prin închipuirea vreunui lucru simţit, precum un om care ne-a amărât, sau frumuseţea unei femei, sau argint şi aur, sau când toate acestea se află în gândurile noastre, atunci îndată se vădeşte că aceste năluciri au fost aduse în inima noastră de duhurile ţinerii de minte a răului, al desfrânării, al iubirii de argint şi ale altora. Dacă mintea noastră este încercată, deprinsă şi obişnuită să se păzească de închipuirile vrăjmaşului şi să vadă limpede, precum ziua, nălucirile amăgitoare şi înşelăciunile vicleanului, atunci îndată, cu respingere, cu împotrivire şi cu rugăciunea lui Iisus Hristos, stinge cu uşurinţă săgeţile aprinse ale diavolului, neîngăduind nălucirii pătimaşe să atragă în urma ei gândurile noastre şi nici gândurilor noastre să cadă de acord cu momeala nălucită, sau să converseze prieteneşte cu ea şi să înmulţească cugetele, sau să se învoiască cu ea – căci după acestea urmează neapărat faptele rele, precum noaptea zilei".

Încă multe alte locuri asemenea vei găsi la Sfântul Isihie. La el vei găsi o descriere completă a întregului război nevăzut şi te-aş sfătui să reciteşti cât mai des cuvântul său despre trezvie şi rugăciune.

PARTEA A DOUA

CAPITOLUL 1

Despre Preasfânta Taină a Euharistiei

Până aici ţi-am vorbit, dragă cititorule, despre patru arme de care ai nevoie pentru a birui pe vrăjmaşii tăi în războiul nevăzut, adică: despre neîncrederea în tine, despre nădejdea neclintită în Dumnezeu, despre împotrivirea faţă de păcat şi lupta cu el şi despre rugăciune. Acum vreau să-ţi arăt o altă armă puternică în această luptă, şi anume Preasfânta Taină a Euharistiei. Această Taină, fiind cea mai înaltă dintre Taine, este şi în rândul armelor duhovniceşti cea mai puternică şi mai eficientă împotriva duşmanilor. Cele patru arme despre care am vorbit îşi primesc tăria de la puterile şi darurile harice dobândite pentru noi prin Sângele Mântuitorului, însă această armă este însuşi Sângele şi însuşi Trupul lui Hristos, în care este prezent Însuşi Hristos Dumnezeu. Cu cele patru arme ducem lupta împotriva vrăjmaşilor cu puterea lui Hristos, iar cu aceasta Hristos Domnul îi biruieşte pe vrăjmaşii noştri prin noi sau împreună cu noi. Căci cel ce mănâncă Trupul lui Hristos şi bea Sângele Lui, acela rămâne cu Hristos şi Hristos cu el, precum El Însuşi a spus: *Cel ce mănâncă Trupul Meu şi bea Sângele Meu întru Mine petrece şi Eu întru dânsul* (In. 6, 56). De aceea, când biruim pe vrăjmaşi, atunci Sângele lui Hristos îi biruieşte, precum este scris în

Apocalipsă: *şi l-au biruit pe el* (pe diavolul clevetitor) *prin sângele Mielului* (Apoc. 12, 11).

Această Preasfântă Taină şi această armă atotbiruitoare, iar mai ales Hristos, Cel ce Se află în Taina aceasta, poate fi primită pe două căi, adică: *prima*, în mod tainic, în Taina Trupului şi Sângelui lui Hristos, cu cuviincioasa pregătire, adică cu căinţă, cu spovedanie, curăţire prin epitimie şi postul cuvenit; *a doua*, duhovniceşte şi gânditor, în minte şi în inimă. *Prima* poate avea loc atât de des pe cât este posibil, în funcţie de împrejurările dinafară, starea interioară şi aprecierea părintelui duhovnicesc; iar *a doua* în fiecare clipă, aşa încât poţi să ai întotdeauna în mâini această armă atotputernică şi să te aperi neîncetat cu ea de vrăjmaşi. Deci ascultă acest sfat şi împărtăşeşte-te cu Sfintele Taine ale lui Hristos cât mai des, numai să ai dezlegare de la părintele tău duhovnicesc. Dar râvneşte să te împărtăşeşti cu Hristos Domnul în mod gândit şi duhovniceşte neîncetat, după cum te-am îndrumat în precedentele capitole despre rugăciune.

CAPITOLUL 2

Cum se cuvine să primească cineva Sfânta Taină a Euharistiei sau să primească pe Hristos Domnul în chip tainic – în Sfintele Taine

Pentru a atinge scopul pentru care ne apropiem de această dumnezeiască Taină, se cuvine să avem anumite stări sufleteşti deosebite, să săvârşim anumite lucruri deosebite şi să luăm unele măsuri deosebite înainte de împărtăşire, în timpul împărtăşirii şi după împărtăşire. *Înainte de împărtăşire* trebuie ca prin taina pocăinţei şi a spovedaniei să ne curăţim de toată necurăţia păcatelor, atât a celor de moarte, cât şi a celor care nu sunt de

moarte, şi să împlinim ceea ce părintele duhovnicesc ne cere la spovedanie, unind cu aceasta hotărârea fermă pornită din toată inima, din tot sufletul, din toată puterea şi din toată mintea noastră de a sluji numai Domnului Iisus Hristos şi de a face numai ceea ce Îi este bineplăcut Lui. Deoarece în această Taină El ne dă Trupul şi Sângele Său, dimpreună cu sufletul şi dumnezeirea şi întreaga putere a iconomiei întrupării Sale, atunci, cugetând la cât de neînsemnat este ceea ce Îi dăm noi Lui în comparaţie cu ceea ce El ne dă nouă, să punem în inima noastră măcar hotărârea să facem cu toată osârdia tot ce ne stă în putere spre slava Lui. Şi chiar dacă ni se va întâmpla să stăpânim cel mai înalt dar pe care I L-au adus vreodată făpturile raţionale pământeşti şi cereşti, să fim gata să-l oferim fără şovăială Măreţiei Sale dumnezeieşti.

Dorind să primeşti această Taină, pentru ca prin puterea ei să biruieşti şi să zdrobeşti pe vrăjmaşii tăi şi ai Domnului, încă *de cu seară sau chiar mai devreme*, începe să cugeţi cât de puternic doreşte Mântuitorul nostru, Fiul lui Dumnezeu şi Dumnezeu, ca tu, prin primirea acestei Taine, să-I dai loc în inima ta, pentru ca, unindu-Se cu tine, să te ajute să izgoneşti de acolo toate patimile tale şi să biruieşti pe toţi vrăjmaşii tăi.

Această dorinţă a Domnului nostru este atât de mare şi înflăcărată, încât nici o minte zidită nu o poate cuprinde desăvârşit. Dar tu, ca să o poţi pricepe măcar puţin, străduieşte-te să întipăreşti mai adânc în mintea ta următoarele două gânduri: *primul*, cât de nespus de bucuros este Atotbunul Dumnezeu să Se afle în cea mai sinceră comuniune cu noi, precum adevereşte Însăşi Sfânta Înţelepciune, zicând: *Bucuria mea cu fiii oamenilor* (Pild. 8, 31); şi *al doilea*, cât de puternic urăşte Dumnezeu păcatul, atât pentru că împiedică

unirea Lui cu noi, pe care o doreşte atât de mult, cât şi pentru că este de-a dreptul potrivnic desăvârşirilor Lui dumnezeieşti. Fiind din fire nemărginit de bun, lumină curată şi frumuseţe nespusă, El nu poate să nu Se îngreţoşeze cu totul de păcat, care nu este altceva decât răutate desăvârşită, întuneric, murdărie, urâciune şi ruşine în sufletele noastre. Acest dezgust al lui Dumnezeu faţă de păcat este atât de mare, încât chiar de la început toate lucrările proniei dumnezeieşti pentru noi, precum şi rânduielile Vechiului şi Noului Testament şi mai ales preaminunata pătimire a Mântuitorului nostru Iisus Hristos, Fiul lui Dumnezeu şi Dumnezeu, au fost îndreptate spre stârpirea păcatului şi ştergerea urmelor sale. Unii teologi şi învăţători chiar spun că, dacă ar fi nevoie, Domnul nostru Iisus Hristos ar fi gata a Se da la alte nenumărate morţi pentru a nimici puterea păcatului (adu-ţi aminte de cuvintele Sfântului Dionisie Areopagitul despre vedenia lui Carp). Într-atât urăşte dumnezeiasca mânie păcatul.

Înţelegând din astfel de cugetări şi contemplaţii cât de mare dorinţă are Dumnezeu să intre în inima ta, pentru a birui acolo desăvârşit pe vrăjmaşii tăi, care sunt şi vrăjmaşii Lui, nu poţi să nu simţi o dorinţă vie de a-L primi pe El întru tine pentru a săvârşi aceste lucrări şi cu fapta. Deci, însufleţindu-te astfel cu bărbăţie deplină şi luând îndrăzneală din nădejdea sigură că Iisus, Cerescul tău Conducător, poate veni întru tine, să chemi de multe ori la luptă acea patimă care te tulbură şi pe care doreşti să o biruieşti, şi să o dobori cu ură, dispreţ şi scârbă, înălţând în acelaşi timp în tine dorinţa rugătoare pentru virtutea potrivnică ei dimpreună cu hotărârea de a săvârşi faptele corespunzătoare ei şi numindu-le anume pe fiecare dintre acestea. Aceasta trebuie să faci seara înainte de Împărtăşire.

Iar *dimineața, puțin înainte de Sfânta Împărtășanie*, parcurge cu o privire a minții toate patimile, nedreptățile și greșelile lucrate de tine de la ultima împărtășire până acum, aducându-ți aminte cu câtă lipsă de frică și cu câtă orbire au fost făcute toate acestea, ca și cum pentru tine nu ar fi existat Dumnezeu, Cel Care judecă și răsplătește, Care a văzut acestea și Care, pentru a te izbăvi pe tine de astfel de fapte, a suferit pătimiri cumplite și moarte rușinoasă pe Cruce. Pe acestea toate le-ai călcat în picioare atunci când, plecându-te spre păcat, ai pus poftele tale rușinoase mai presus decât voia lui Dumnezeu, Mântuitorul tău. Deci rușinea să acopere fața sufletului tău atunci când îți vei da seama de nerecunoștința și lipsa ta de frică. Totuși, nu-ți îngădui să fii copleșit de tulburare pentru aceasta și alungă departe de la tine orice deznădejde. Iată, Domnul îndelung-răbdătorul, fiind plecat spre milă de pocăința ta și de hotărârea arătată de tine de a-I sluji de acum înainte numai Lui, iarăși vine la tine și în tine, pentru ca să scufunde în adâncul cel nemărginit al bunătății Sale adâncul nerecunoștinței, nesăbuinței și puținei tale credințe. Deci apropie-te de El cu sentimentul smerit al nevredniciei, dar și cu nădejde deplină, dragoste și dăruire, pregătindu-I în inima ta un lăcaș larg, pentru a Se sălășlui cu totul întru tine. Cum și în ce fel? Prin izgonirea din inimă a oricărui gând despre orice lucru creat, iar nu numai a împătimirilor și a poftelor, și prin zăvorârea ușii ei, ca să nu intre înăuntru nimeni și nimic, în afară de Domnul.

Iar *după împărtășirea cu Sfintele Taine*, intră îndată în adâncurile tăinuite ale inimii tale și, închinându-te acolo Domnului cu smerenie cucernică, spune-I în gând astfel: „Tu vezi, Atotbunul meu Domn, cât de ușor cad eu în păcate spre pierzarea mea, și ce putere are

asupra mea patima care mă luptă, şi cât sunt de neputincios pentru a mă slobozi de ea. Ajută-mă şi dă putere neputincioaselor mele strădanii, sau mai degrabă ia Tu Însuţi armele mele şi nimiceşte cu ele până în sfârşit acest crunt vrăjmaş al meu".

După aceasta, întorcându-te către Tatăl cel Ceresc al Domnului nostru Iisus Hristos şi al nostru, Care, prin bunăvoinţa Sa, împreună cu Fiul Său S-a pogorât la tine în aceste Taine, şi către Duhul Sfânt, Care cu harul Său te-a îndemnat şi te-a pregătit spre primirea Trupului şi Sângelui Domnului, şi Care acum, după împărtăşire, te umbreşte din belşug, închină-te Unuia Dumnezeu, Cel în Treime închinat şi binefăcătorul nostru. Şi dându-I Lui cucernica mulţumire cuvenită pentru marea Lui milă către tine pe care a arătat-o în această clipă, oferă-I ca dar neclintita hotărâre şi râvnă de a lupta cu păcatul tău, având nădejdea biruinţei prin puterea lui Dumnezeu Unul, cel în Treime închinat. Căci să ştii că dacă nu vei întrebuinţa toate strădaniile tale pentru a-ţi înfrânge patimile, nu vei primi ajutor de la Dumnezeu, şi dacă, sforţându-te cu toată osârdia, vei nădăjdui numai în puterile tale, nu vei avea nici un succes. Străduieşte-te cu toată osârdia, dar aşteaptă reuşita numai de la ajutorul lui Dumnezeu. Ajutorul va veni fără îndoială şi, făcând atotputernice neputincioasele tale sforţări, îţi va da biruinţă uşoară asupra acelora cu care te lupţi.

CAPITOLUL 3

Cum să aprindem în noi înşine iubirea de Dumnezeu prin adâncirea în Taina Euharistiei

Pentru ca să aprinzi în tine o mai mare dragoste către Dumnezeu prin adâncirea în cereasca Taină a Trupului şi Sângelui lui Hristos, îndreptează-ţi gândul

spre contemplarea dragostei pe care Dumnezeu ţi-a arătat-o în această Taină. Căci acest mare şi atotţiitor Dumnezeu nu S-a mulţumit numai să te zidească după chipul şi asemănarea Sa, nici atunci când ai păcătuit şi L-ai supărat, căzând din înalta ta cinste, să trimită pe Unul-Născut Fiul Său, Care să trăiască treizeci şi trei de ani pe pământ, pentru a te căuta pe tine şi, suferind îngrozitoare pătimiri şi chinuitoare moarte pe Cruce, să te răscumpere şi să te smulgă din mâinile diavolului, căruia te-ai robit prin păcat, şi iarăşi să te reaşeze în cinstea ta; ci, pe lângă acestea, a binevoit să fie întemeiată încă şi Taina Trupului şi Sângelui spre hrană ţie, pentru ca întreaga putere a tainei iconomiei întrupării Sale să se unească mai adânc cu firea ta. Această ultimă manifestare a dragostei preaputernice a lui Dumnezeu pentru tine fă-o obiect al contemplării şi cugetării tale neîntrerupte, pentru ca, văzând plinătatea ei atotcuprinzătoare şi bogăţia sa, să hrăneşti şi să aprinzi mai tare propria ta dragoste şi năzuinţă desăvârşită către Dumnezeu.

1) Cugetă la vremea când Dumnezeu a început să te iubească şi vei vedea că dragostea Sa nu are început. Pentru că, precum El Însuşi este veşnic prin firea Sa dumnezeiască, tot aşa veşnică este şi iubirea Sa pentru tine, prin care mai înainte de toate veacurile S-a sfătuit întru Sine să-ţi dăruiască pe Fiul Său într-un chip minunat şi de nepătruns. Văzând aceasta, veseleşte-te cu duhovnicească bucurie şi cugetă: „Deci încă din acel adânc al veşniciei nemărginitul Dumnezeu iubea nimicnicia mea şi Se îngrijea de ea; încă de atunci Se gândea El pentru binele meu şi cu bunăvoirea dragostei Sale nespuse a hotărât să-mi dăruiască spre hrană pe Fiul Său cel Unul Născut. Oare mai pot eu după aceasta să

îngădui să treacă şi numai o clipă fără a fi unit cu El cu tot cugetul meu, cu toată dorinţa şi cu toată inima mea?".

2) Gândeşte-te de asemenea că toate celelalte iubiri întreolaltă ale făpturilor create, oricât de mari ar fi, au măsura şi hotarul lor, dincolo de care nu pot să se întindă, numai dragostea lui Dumnezeu pentru noi nu are margine. De aceea, când a trebuit să o împlinească într-un anume chip aparte, El a dat pentru ea pe Însuşi Fiul Său, întocmai cu Sine în mărime şi nemărginire, şi fiind de o fire şi de o fiinţă cu Dânsul. Deci dragostea Lui este atât de mare pe cât este darul, şi invers, atât de mare este darul Său pe cât Îi este dragostea. Şi una şi cealaltă sunt atât de mari, încât nici o minte zidită nu poate închipui ceva mai mare. Deci răsplăteşte această dragoste nemărginită măcar cu toată dragostea pe care o poţi arăta.

3) Încă mai gândeşte-te că Dumnezeu a fost mişcat spre dragostea faţă de noi nu de o oarecare nevoie, ci doar de fireasca Sa bunătate. El ne-a iubit singur de la Sine, fără a ţine cont de ceva, cu o dragoste pe cât de nemăsurată, pe atât de nepătruns.

4) Cugetă că din partea noastră această dragoste nu putea fi anticipată cu nici o faptă vrednică de laudă sau de răsplată, în urma căreia nemărginitul Dumnezeu să răsplătească cu dragostea Sa bogată sărăcia noastră desăvârşită; că El ne-a iubit pentru că aşa a voit, numai pentru bunăvoinţa Sa, şi nu numai ne-a iubit, ci S-a şi dăruit nouă, făpturilor Sale preanevrednice.

5) Cugetă că această dragoste, dacă vei privi la curăţia ei, nu este amestecată, precum cea mai mare parte a dragostei făpturilor, cu nădejdea vreunui bine din partea noastră în viitor. Căci Dumnezeu nu are nevoie de nici un bine din afară, fiind El Însuşi îndestulător Sieşi întru toate şi atotfericit. De aceea, dacă a binevoit să

reverse asupra noastră nespusa Sa bunătate şi dragoste, a revărsat-o nu pentru vreun folos al Său de la noi, ci numai pentru binele nostru.

Cugetând la toate acestea, cum poţi să nu zici întru tine: „O, ce minune! Dumnezeu cel Preaînalt mă are la inimă pe mine, cea mai mică dintre făpturile Sale! Ce doreşti de la mine, Împărate al Slavei? Ce aştepţi de la mine, care nu sunt altceva decât praf şi pulbere? Văd bine, Dumnezeul meu, în lumina dragostei Tale nemăsurate, că la Tine este numai o dorinţă, care îmi arată mie prea bine strălucirea dragostei Tale către mine, şi anume că binevoieşti să mi Te dai cu totul mie întru mâncare şi băutură, nu pentru altceva, ci pentru ca să mă preschimbi pe mine tot întru Tine; nu pentru că Tu ai vreo nevoie de mine, ci pentru că eu am cea mai mare nevoie de Tine. Pentru că în acest chip Tu vieţuieşti în mine şi eu în Tine şi, prin această unire în dragoste, eu mă fac precum Tu Însuţi, adică prin unirea inimii mele pământeşti cu a Ta inimă cerească se face în mine o singură inimă dumnezeiască".

Pornind de la nişte cugetări ca acestea, nu poţi să nu te umpli de uimire şi bucurie, văzându-te atât de înalt preţuit de Dumnezeu şi atât de mult iubit de El, şi înţelegând că El, cu dragostea Lui nemăsurată către tine, nu caută şi nu doreşte nimic altceva de la tine, decât să atragă dragostea ta la Sine şi să te fericească, rupându-te de toată împătimirea faţă de făpturi şi faţă de tine însuţi, pentru ca în acest chip să poţi să te aduci pe tine însuţi întreg Dumnezeului tău ca o ardere de tot, şi pentru ca, de acum înainte, în toată vremea viitoare a vieţii tale doar dragostea către El şi dorinţa osârdnică de a bineplăcea Lui să ocârmuiască şi mintea, şi voinţa, şi gândul şi toate simţurile tale. Orice binefacere a dragostei lui Dumnezeu faţă de tine poate avea această

înrâurire asupra sufletului tău, însă cel mai fireşte ea are loc atunci când priveşti gânditor la mult binecuvântata Taină a Euharistiei. Deci privind cu mintea la ea, deschide-ţi şi inima spre aceasta şi revarsă următoarele fierbinţi rugăciuni şi iubitoare suspine: „O, Mâncare Cerească! Când va veni pentru mine acel ceas când mă voi aduce Ţie tot ca jertfă, nu în alt foc decât în cel al dragostei Tale? O, nezidită Dragoste! O, Pâine a Vieţii! Când voi trăi numai prin Tine, pentru Tine şi întru Tine? Când, o, Viaţa mea, Viaţă frumoasă, Viaţă dulce şi veşnică, Mană Cerească, când, întorcându-mă de la orice altă mâncare pământească, Te voi dori numai pe Tine şi mă voi hrăni numai cu Tine? Când va fi aceasta, o, Dulceaţa mea, Cel Care mă îndestulezi pe deplin, binele meu cel mai înalt? O, Doamne al meu, preadorite şi atotbinecuvântate! Slobozeşte această ticăloasă inimă a mea de legătura oricărei împătimiri şi de orice înclinaţie rea, împodobeşte-o cu sfintele Tale virtuţi şi umple-o cu o asemenea bună aşezare, încât eu, cu desăvârşită sinceritate, să fac toate numai pentru a fi bineplăcut Ţie! Atunci, în sfârşit, voi ajunge ca să-ţi deschid inima mea cea nevrednică de Tine, să Te chem şi cu dragoste să Te fac să intri în ea. Iar Tu, Domnul meu, intrând înăuntru şi neîntâmpinând împotrivire, vei săvârşi acolo toate lucrările pe care obişnuieşti să le săvârşeşti în sufletele celor care s-au încredinţat Ţie!".

Cu astfel de cugetări şi simţiri iubitoare poţi petrece seara şi dimineaţa, pregătindu-te pentru Sfânta Împărtăşire. Apoi, când se va apropia sfântul ceas al Împărtăşirii, socoteşte cu smerenie şi cu căldură a inimii Cine este Acela pe care Îl vei primi în tine, şi cine eşti tu, care urmează să-L primeşti.

Acela este Fiul lui Dumnezeu, îmbrăcat în măreţie de nepătruns, înaintea Căruia tremură Cerurile şi toate

Puterile, este Sfântul Sfinţilor, mai strălucitor decât soarele, curăţia cea mai presus de înţelegere, alături de care orice curăţie a creaturilor este necurată, Care, din dragoste pentru tine, a luat chip de rob, primind să fie dispreţuit, defăimat şi răstignit de răutatea lumii fără de lege, rămânând în acelaşi timp Dumnezeu, în mâna Căruia se află viaţa şi moartea întregii lumi. Şi cine eşti tu? Tu eşti un nimic care, pentru necurăţia, viclenia şi răutatea ta, te-ai făcut mai de nimic decât nimic, mai rău decât cea mai neînsemnată şi mai necurată dintre făpturi, batjocură a dracilor din iad; care, în loc să aduci mulţumiri milostivului Dumnezeu pentru atât de multe şi mari binefaceri ale Lui, fiind ademenit de închipuirile şi poftele tale, ai dispreţuit un atât de mare binefăcător al tău şi Stăpân, şi ai călcat nepreţuitul Său Sânge, care a fost vărsat pentru tine. Iar El, cu toate acestea, pentru dragostea Lui cea de-a pururea şi neschimbată pentru tine, te cheamă la dumnezeiasca Sa Masă, iar uneori chiar te sileşte la aceasta cu îngroziri înspăimântătoare, aducându-ţi aminte de cuvintele Sale spuse tuturor: *De nu veţi mânca Trupul Fiului Omului şi de nu veţi bea Sângele Lui, nu veţi avea viaţă întru voi* (In. 6, 53). Şi precum nu închide înaintea ta uşa milostivirii Sale, tot aşa nu-Şi întoarce nici faţa Sa de la tine, chiar dacă tu, după păcatele tale, eşti şi lepros, şi slab, şi orb, şi sărac, şi robit de toate patimile şi necuviinţele.

Iată numai ce cere El de la tine: 1) ca tu să te întristezi în inima ta pentru că L-ai supărat; 2) ca tu să urăşti mai mult decât orice păcatul, fie el mic sau mare; 3) ca tu să te încredinţezi pe tine întreg Lui şi cu toată dorinţa şi dragostea inimii să ai o singură grijă – ca totdeauna şi întru tot lucrul să fii în voia Lui şi în deplină supunere numai faţă de El; 4) ca tu să ai o credinţă puternică în El şi să nădăjduieşti neclintit că El te va

milui, te va curăţi de toate păcatele tale şi te va păzi de toţi vrăjmaşii tăi, văzuţi şi nevăzuţi.

Întărit de această negrăită dragoste a lui Dumnezeu pentru tine, apropie-te de Sfânta Împărtăşanie cu frică sfântă şi dragoste, zicând: „Nu sunt vrednic, Domnul meu, să Te primesc, căci Te-am mâniat de atâtea şi atâtea ori cu păcatele mele şi încă nu am plâns toate aceste fapte necurate ale mele. Nu sunt vrednic, Domnul meu, să Te primesc, căci încă nu m-am curăţit de poftele şi împătimirile faţă de cele neplăcute Ţie. Nu sunt vrednic, Domnul meu, să Te primesc, pentru că încă nu m-am predat cu toată sinceritatea în braţele dragostei către Tine, ale voii Tale şi ale supunerii faţă de Tine. O, Dumnezeul meu cel atotputernic şi nemărginit de bun! Tu Însuţi, cu iubirea Ta de oameni atotmilostivă, fă-mă vrednic a Te primi, căci alerg la Tine cu credinţă!".

După ce te vei învrednici de Sfânta Împărtăşanie, încuie-te înăuntrul inimii tale şi, uitând toate lucrurile zidite, vorbeşte cu Dumnezeu într-un chip ca acesta sau asemănător: „O, Preaînalte Împărate al Cerului şi al pământului! Cine Te-a făcut să intri în inima mea nevrednică, de vreme ce eu sunt şi ticălos, şi sărac, şi orb şi gol? Nimeni, bineînţeles, decât dragostea Ta nemăsurată faţă de mine. O, Dragoste necreată! O, Dragoste preadulce! Ce doreşti de la mine, cel sărăcit cu totul? Nimic, după cum înţeleg şi văd, decât dragostea mea pentru Tine; nimic, decât ca pe altarul inimii mele să nu ardă nici un alt foc, decât focul dragostei mele pentru Tine, care să mistuiască orice altă dragoste şi orice altă dorinţă, în afară de dorinţa de a mă aduce pe mine însumi ca ardere de tot şi jertfă binemirositoare. Nimic altceva nu ai dorit şi nu ai cerut vreodată de la mine şi nimic altceva nu doreşti şi nu ceri acum. Deci acum ascultă, Doamne, făgăduinţele inimii mele. Iată, îmi

unesc dorinţa mea cu a Ta şi precum Tu mi Te-ai dat mie cu totul şi eu mă dau cu totul Ţie, ca să fiu cu totul întru Tine. Ştiu, Doamne, că nu poate fi aceasta dacă nu va fi în mine lepădare de sine deplină, dacă vă rămânea în mine fie şi o urmă de iubire de sine, dacă va fi ascunsă în mine atracţia sau înclinaţia spre vreo oarecare voie a mea sau pentru gândurile mele sau pentru obiceiurile în care mă complac. De aceea vreau şi mă străduiesc ca de acum înainte să mă împotrivesc mie în tot ceea ce doreşte sufletul meu, dar nu este plăcut Ţie, şi să mă silesc la tot ce îţi este bineplăcut Ţie, chiar dacă tot ceea este înăuntrul meu şi în afara mea s-ar ridica împotrivă. Eu sunt neputincios pentru a reuşi în aceasta, dar de vreme ce de acum înainte Tu eşti cu mine, nădăjduiesc cu îndrăzneală că Tu vei săvârşi în mine tot ce este de trebuinţă.

Mă străduiesc şi caut ca inima mea să fie una cu inima Ta, şi nădăjduiesc că aceasta se va împlini prin harul Tău. Mă străduiesc şi caut să nu văd şi să nu aud nimic, să nu mă gândesc şi să nu iubesc nimic în afară de ceea ce îmi va arăta voia Ta, hotărâtă de poruncile Tale, şi nădăjduiesc că aceasta se va săvârşi prin lucrarea puterii Tale în mine. Mă străduiesc şi caut să nu ies cu atenţia din inimă, în care Te afli, şi acolo, privind neîncetat la Tine, să mă încălzesc cu razele luminii ce izvorăşte din Tine, şi nădăjduiesc că voi dobândi aceasta prin atingerile dragostei Tale. Mă străduiesc şi caut ca de acum înainte Tu singur să-mi fii lumină, putere şi bucurie; şi nădăjduiesc că voi dobândi aceasta prin lucrările Tale mântuitoare dinăuntrul meu. Pentru aceasta mă rog şi mă voi ruga neîncetat. O, preamilosârde Doamne! Dăruieşte-mi mie aceasta, dăruieşte-mi-o".

Să te îngrijeşti apoi să sporeşti din zi în zi, din ce în ce mai mult, credinţa în puterea acestei Preasfinte Taine

a Euharistiei, şi să nu încetezi a te mira de această minunată Taină, cugetând cum Dumnezeu ţi Se arată sub chipul pâinii şi al vinului, şi Se sălăşluieşte în tine, ca să te facă pe tine mai sfânt, mai cuvios şi mai fericit. Căci fericiţi sunt aceia care nu văd, dar cred, după cuvântul Mântuitorului: *fericiţi cei ce nu au văzut şi au crezut* (In. 20, 29). Şi să nu doreşti ca în această viaţă să ţi se arate Dumnezeu sub alt chip, decât al acestei Taine. Străduieşte-te să aprinzi în tine o dorinţă fierbinte pentru această Taină şi în fiecare zi să sporeşti şi în râvna de a face numai voia lui Dumnezeu, şi în înţelepciunea duhovnicească de a o face pe ea împărătească şi călăuzitoare a tuturor lucrărilor tale: atât a celor duhovniceşti, cât şi a celor sufleteşti şi trupeşti. De fiecare dată când te împărtăşeşti, luând parte la această jertfă fără de sânge, adu-te şi pe tine jertfă lui Dumnezeu, adică să fii cu totul gata, din dragoste pentru Dumnezeu, Care S-a jertfit pentru noi, să înduri orice năpastă, orice durere şi orice ocară pe care o vei întâmpina în cursul vieţii tale.

Sfântul Vasile cel Mare descrie mai deplin datoria aşezată de Sfânta Împărtăşanie asupra celor ce se împărtăşesc, întemeindu-se pe cuvintele Sfântului Apostol Pavel că cei ce se împărtăşesc cu Trupul şi Sângele Domnului vestesc moartea Domnului (cf. I Cor. 11, 26). Căci din care pricină anume a suferit Domnul moartea pentru toţi oamenii şi pentru cei ce se împărtăşesc? *Ca cei ce viază să nu mai vieze loruşi, ci Celui ce a murit pentru ei şi a înviat* (II Cor. 5, 15). Prin urmare, cei ce se împărtăşesc cu credinţă, dragoste şi hotărâre de a-şi da viaţa pentru împlinirea poruncilor lui Dumnezeu şi a oricărei voi arătate a Lui, iau asupra lor datoria de a nu mai trăi pentru sine, nici pentru lume şi păcat, ci pentru Cel primit în ei prin Sfânta Împărtăşanie, Domnul Dumnezeu Care a murit şi a înviat pentru ei.

La sfârşit, primind în Sfânta Împărtăşanie pe Domnul Care S-a jertfit pentru tine, şi făcându-te părtaş puterii acestei jertfe, mulţumeşte lui Dumnezeu şi dă slavă Lui. Apoi înalţă către Tatăl ceresc rugăciuni şi cereri pentru nevoile tale cele duhovniceşti, sufleteşti şi trupeşti, iar apoi pentru Sfânta Biserică a lui Dumnezeu, pentru casnicii tăi, pentru binefăcători şi pentru sufletele celor adormiţi întru dreapta credinţă.

Fiind unită cu jertfa prin care Fiul lui Dumnezeu ne-a mijlocit toată mila de la Dumnezeu Tatăl, această rugăciune va fi auzită şi nu va fi lipsită de roade.

CAPITOLUL 4

Despre împărtăşirea duhovnicească

Împărtăşirea cu Domnul prin Taina Trupului şi a Sângelui se poate face doar în anumite răstimpuri, după cum poate fiecare şi are râvnă, dar totuşi nu mai mult de o dată pe zi. Însă ne putem învrednici de împărtăşirea lăuntrică cu El, în duh, în fiecare ceas şi în fiecare clipă, adică să rămânem, prin harul Său, în legătură neîntreruptă cu El şi, atunci când El binevoieşte, să simţim această comuniune cu inima. Împărtăşindu-ne cu Trupul şi Sângele Domnului, Îl primim pe El Însuşi, după făgăduinţa Sa, şi El Se sălăşluieşte în noi cu toate harurile Sale, dându-i şi inimii să simtă aceasta, dacă este pregătită. Cei care se împărtăşesc cu adevărat se află întotdeauna după împărtăşire într-o stare vădit fericită. Inima se împărtăşeşte atunci duhovniceşte de Domnul.

Dar pentru că suntem strâmtoraţi de trup şi înconjuraţi de lucrări şi legături exterioare, la care suntem datori să luăm parte, această împărtăşire duhovnicească cu Domnul, din pricina răspândirii atenţiei şi simţurilor noastre, slăbeşte din zi în zi, se

întunecă şi se ascunde. Simţirea împărtăşirii cu Domnul se ascunde, dar comuniunea cu Domnul nu se întrerupe, decât dacă, din nefericire, nu intervine vreun păcat care să tulbure starea de har. Nimic nu se poate asemăna cu dulceaţa împărtăşirii cu Domnul; de aceea cei râvnitori, simţind împuţinarea ei, se grăbesc să o restatornicească în putere şi, când au restatornicit-o, ei se simt ca şi cum s-ar împărtăşi din nou cu Domnul. Aceasta este împărtăşirea cu Domnul în duh.

Ea are loc astfel între o împărtăşire şi alta cu El prin Sfintele Taine. Dar ea poate fi şi neîntreruptă în acela care întotdeauna îşi păzeşte inima sa curată şi îşi are atenţia şi simţirea îndreptate neîncetat către Domnul. Totuşi, aceasta este un dar al harului, dat celui ce se osteneşte pe calea Domnului, adică celui care este râvnitor şi nu se cruţă pe sine.

Dar şi atunci când cineva se împărtăşeşte cu Domnul în duh din când în când este tot un dar al harului. Din partea noastră nu putem decât să însetăm de acest dar şi să îl căutăm cu osârdie. Există totuşi lucrări care îi deschid calea şi îi grăbesc primirea, deşi el vine întotdeauna pe neştiute. Aceste lucrări sunt rugăciunea curată din inimă cu plâns de copil şi anumite acte de lepădare de sine în practicarea virtuţilor. Când nu avem păcate pe suflet, când nu îngăduim gânduri şi simţiri păcătoase, adică atunci când sufletul este curat şi strigă la Dumnezeu, ce Îl poate împiedica pe Domnul, Care este de faţă, să-i dea sufletului să-L guste, iar pe suflet să simtă această gustare? Aşa se şi întâmplă, fără numai dacă Domnul nu consideră că pentru binele sufletului este nevoie să prelungească setea de El pentru o vreme, lăsând-o neîmplinită. Între actele de lepădare de sine, mai puternice decât toate în această privinţă sunt ascultarea cu smerenie şi aşternerea de sine sub picioarele

tuturor, părăsirea lăcomiei, răbdarea nedreptăţilor cu inimă bună, şi toate acestea săvârşite în duhul predării de sine cu totul în voia lui Dumnezeu. Astfel de fapte îl aseamănă pe cel care le săvârşeşte cu Domnul, iar Domnul, fiind de faţă, Se dă pe Sine spre gustare sufletului său. De asemenea, împlinirea osârdnică şi curată a tuturor poruncilor lui Dumnezeu are ca roadă sălăşluirea Domnului în inimă, împreună cu Tatăl şi cu Duhul Sfânt (cf. In. 14, 23).

Împărtăşirea duhovnicească cu Domnul nu trebuie confundată cu amintirea gânditoare a împărtăşirii cu El în Tainele Trupului şi ale Sângelui, deşi aceasta este însoţită de simţiri duhovniceşti puternice şi râvnă puternică pentru împărtăşirea în realitate cu El în Sfintele Taine. De asemenea, nu trebuie să o confundăm nici cu ceea ce primesc cei prezenţi în biserică în timpul săvârşirii tainei Euharistiei. Ca participanţi la aducerea Jertfei fără de Sânge prin credinţă, pocăinţă şi hotărâre de a se jertfi pe sine pentru slava lui Dumnezeu, ei se învrednicesc de sfinţirea şi bunăvoirea lui Dumnezeu pe măsura acestei dispoziţii sufleteşti, dar aceasta nu este acelaşi lucru cu Împărtăşirea, chiar dacă şi Împărtăşirea poate avea loc tot acolo.

CAPITOLUL 5

Despre recunoştinţa faţă de Dumnezeu

Tot binele pe care îl avem şi toată fapta bună pe care o săvârşim sunt ale lui Dumnezeu şi de la Dumnezeu. De aceea avem datoria de a-I mulţumi Lui pentru toate, pentru orice bine primit din mâna Lui cea milostivă, la arătare sau în ascuns, pentru orice faptă bună, pentru orice nevoinţă bună a noastră şi pentru orice biruinţă asupra vrăjmaşilor mântuirii noastre, după

cum ni s-a poruncit: *Întru toate mulţumiţi, că aceasta este voia lui Dumnezeu întru Hristos Iisus pentru voi* (I Tes. 5, 18). Deci îngrijeşte-te să aprinzi în tine sentimentul recunoştinţei faţă de Dumnezeu din prima clipă după sularea din somn şi de-a lungul întregii zile, ca apoi să adormi cu cuvinte de mulţumire pe buze, pentru că eşti înconjurat de binefacerile lui Dumnezeu, printre care se numără şi însuşi somnul.

Dumnezeu nu are nevoie de mulţumirea ta, însă tu ai neapărată nevoie de binefacerile lui Dumnezeu. Iar cea care primeşte şi păstrează aceste binefaceri în tine este inima recunoscătoare. „Cel mai bun mijloc de a menţine facerea de bine faţă de tine din partea unui binefăcător – zice Sfântul Ioan Gură de Aur – este aducerea aminte de binefacere şi neîncetata mulţumire". Iar Cuviosul Isaac scrie: „Recunoştinţa celui care primeşte îl îndeamnă pe cel care dă să dea daruri mai mari decât cele dinainte. Cel care nu este recunoscător pentru puţin, acela şi întru cele mari va fi dezamăgit în aşteptările sale. Darul nu rămâne fără adaos, decât atunci când nu este mulţumire faţă de el". Iar Sfântul Vasile cel Mare adaugă la aceasta şi o oarecare înfricoşare, binefăcătoare totuşi, zicând: „Întrucât nu mulţumim pentru binele dăruit de Dumnezeu, urmează neapărat retragerea binelui pentru a ne veni în simţiri. Precum ochii nu văd foarte aproape, ci au nevoie de o oarecare distanţă potrivită, tot astfel şi sufletele nemulţumitoare, de obicei, prin lipsirea de bine încep să simtă milostivirea dinainte şi, în vreme ce nu arătau recunoştinţă către Dăruitor când se foloseau de daruri, după pierderea lor fericesc vremurile dinainte".

Luând aminte la cele spuse, vei întreba: „cum să aprind în mine simţământul recunoştinţei faţă de Dumnezeu şi să-l menţin pentru totdeauna?" Iată cum.

Cercetează toate binefacerile lui Dumnezeu faţă de neamul omenesc – neamul nostru – şi faţă de tine, parcurge-le adesea în gândul tău şi repetă-le în memorie şi, dacă ai inimă în tine, nu vei putea să nu înalţi cântări de mulţumire către Dumnezeu. Vei găsi pilde de asemenea cântări în rugăciunile şi scrierile sfinţilor. Iată cum descrie Sfântul Vasile cel Mare marea dărnicie a lui Dumnezeu faţă de noi: „Noi am fost aduşi de la nefiinţă la fiinţă, am fost creaţi după chipul Creatorului, avem şi raţiune şi cuvânt, care alcătuiesc desăvârşirea firii noastre şi prin care L-am cunoscut pe Dumnezeu. Cercetând cu migală frumuseţile creaţiei, în ele, ca şi într-o scriptură, înţelegem măreţia proniei lui Dumnezeu în toate şi Înţelepciunea Sa. Putem să deosebim binele şi răul, însăşi natura ne învaţă să alegem ce este de folos şi să ne întoarcem de la ce este dăunător. Fiind înstrăinaţi de Dumnezeu prin păcat, suntem din nou chemaţi la comuniune cu El, fiind sloboziţi din robie ruşinoasă prin sângele Unuia Născut Fiului Său. Şi ce să mai spunem de nădejdea învierii şi desfătările fericirilor îngereşti, Împărăţia cerurilor, fericirile făgăduite, care întrec puterea înţelegerii şi cuvintele!” Citeşte această descriere a binefacerilor lui Dumnezeu faţă de noi sau alege o alta, sau alcătuieşte una tu însuţi, adăugând aici şi binecuvântările date ţie de Dumnezeu. Repet-o adesea cu cuvântul şi în gând, nu numai în fiecare zi, ci de mai multe ori pe zi, şi vei dobândi sentimentul recunoştinţei faţă de Dumnezeu.

Dar, odată trezit, sentimentului nu îi place să rămână ascuns, ci caută să se manifeste şi să fie vădit. Deci cum se cuvine să-I arăţi lui Dumnezeu simţămintele tale de recunostinţă faţă de El? Făcând ceea ce Dumnezeu doreşte de la tine, atunci când te înconjoară cu generozitatea Sa. Dar ce doreşte Dumnezeu?

(Înconjurându-te cu binecuvântările Sale, Dumnezeu doreşte ca tu, văzându-le, să-ţi aduci aminte neîncetat de El – deci aminteşte-ţi; doreşte ca să te alipeşti de El cu toată dragostea – deci alipeşte-te; doreşte ca tu să nu calci voia Lui întru nimic şi să te străduieşti ca în toate să Îi fii bineplăcut – deci fă aşa; doreşte ca în toate să te bizui numai pe El – deci bizuie-te; doreşte ca tu, amintindu-ţi de câte ori ai supărat pe Binefăcătorul tău cu faptele tale rele şi ruşinoase, să te căieşti de ele, să le plângi, până când te vei împăca cu conştiinţa ta şi vei dobândi încredinţarea că Dumnezeu ţi-a iertat totul – deci fă astfel.)

Vezi cât de larg este câmpul recunoştinţei şi cât de multe sunt mijloacele de a împlini această datorie? Înţelege de aici cât de neiertat greşesc cei care se arată neglijenţi faţă de aceasta şi străduieşte-te să nu te întinezi cu acest păcat. Între oameni nerecunoştinţa este considerată grosolănie. Ce cuvânt poţi să foloseşti pentru a numi nerecunoştinţa faţă de Dumnezeu? Deci aprinde totdeauna în tine sentimentele de recunoştinţă faţă de Dumnezeu, îngrijeşte-te de aceasta mai ales la biserică în timpul Liturghiei, la care se aduce lui Dumnezeu jertfa nesângeroasă numită Euharistie, ceea ce înseamnă „mulţumire". Nu uita că aici cu nimic altceva nu poţi arăta recunoştinţa cuvenită faţă de Dumnezeu, decât cu hotărârea deplină de a te jertfi pe tine însuţi şi tot ce este al tău lui Dumnezeu, spre slava preasfântului Său nume.

CAPITOLUL 6

Despre lăsarea în voia lui Dumnezeu

Cel care se căieşte se încredinţează pe sine lui Dumnezeu spre slujire şi îndată începe să-I slujească, umblând în poruncile Lui şi în voia Lui. Începe aşadar

osteneala şi munca în sudoarea feţei. Poruncile nu sunt grele, dar ostenitorul întâlneşte multe piedici în împlinirea lor atât în împrejurările dinafară în care se află, cât mai ales înăuntru, în înclinaţiile şi obiceiurile sale. Cu ajutorul lui Dumnezeu, cel ce se trudeşte neobosit le biruieşte pe toate în cele din urmă, având pace înăuntru, iar în lucrările dinafară fiind liniştit.

Ostenitorul lucrează totdeauna el însuşi, chiar dacă lucrează cu ajutorul lui Dumnezeu. Dar experienţa primelor zile îi dă de înţeles că, în ciuda tuturor străduinţelor sale, dacă se întâmplă să reuşească ceva, atunci este vorba numai de acel lucru pentru care a primit putere de sus. Şi cu cât înaintează, cu atât această convingere se înrădăcinează mai adânc. Odată cu statornicirea unei anumite păci înăuntrul lui, convingerea se accentuează şi se face stăpână, iar în cele din urmă sfârşeşte în deplina sa lăsare în voia lui Dumnezeu sau în lăsarea sa în seama insuflării lui Dumnezeu. Insuflarea lui Dumnezeu în cei ce se ostenesc pentru mântuire începe din primul minut al întoarcerii lor către Dumnezeu, şi însăşi întoarcerea lor tot ea o săvârşeşte. Dar ea creşte în măsura în care ostenitorul se întoarce dinspre sine şi se alipeşte de Dumnezeu şi, convingându-se de neputinţa sa, se întăreşte în încrederea în puterea lui Dumnezeu. Când în cele din urmă el se predă cu totul lui Dumnezeu, Dumnezeu Se află în el lucrător atât în a-i arăta ce trebuie să facă, cât şi în a împlini aceasta. Acesta este vârful desăvârşirii creştine, în care *Dumnezeu este cel ce lucrează în voi şi ca să voiţi şi ca să lucraţi* (Fil. 2, 13). Aşa cum am spus la început, sămânţa acestei desăvârşiri se află în nebizuirea pe sine şi nădejdea în Dumnezeu, iar aici ea se arată în deplină maturitate.

În ce constă esenţa desăvârşitei lăsări în voia lui Dumnezeu se cunoaşte atunci când ea se manifestă în

toată puterea ei. Ea vine de la sine şi nu există o anumită rânduială pentru a o dobândi, ca să poţi spune: fă aceea şi aceea şi o vei primi. Ea creşte pe neobservate în urma nebizuirii pe sine şi a nădejdii în Dumnezeu. Am amintit aici despre ea, pentru că trebuia menţionată undeva, iar cele spuse la sfârşitul capitolului anterior despre aducerea de sine ca jertfă lui Dumnezeu mi-au dat prilejul să amintesc de ea acum. Deplina lăsare în voia lui Dumnezeu este de fapt această jertfire de sine ca ardere de tot înaintea lui Dumnezeu.

Această stare este mărturisită prin lepădarea sinelui propriu: a propriilor păreri, a propriilor dorinţe, sentimente şi gusturi, pentru a trăi cu raţiunea lui Dumnezeu, în acord cu voia lui Dumnezeu şi în împărtăşire cu Dumnezeu. În această lucrare ne-a fost înainte mergător Domnul Mântuitorul. El S-a dat cu totul pe Sine lui Dumnezeu şi Tatăl, şi pe noi prin Sine, *pentru că suntem mădulare ale trupului Lui, din carnea Lui şi din oasele Lui* (Ef. 5, 30). Să ne grăbim deci să-I urmăm Lui, căci El a dat cuvânt pentru noi la Dumnezeu Tatăl (cf. In. 17, 19), nădăjduind că noi vom fi cu adevărat astfel şi ne vom purta aşa.

De ce o astfel de aducere ca jertfă se săvârşeşte la sfârşit, iar nu la început? Deoarece jertfa adusă lui Dumnezeu trebuie să fie desăvârşită, fără prihană. Însă la început desăvârşirea încă nu a fost atinsă, este doar căutată. Când în cele din urmă este atinsă, atunci este potrivit să te aduci pe sine ca jertfă. La început omul doar se dedică pe sine acestei jertfe, iar la sfârşit se aduce pe sine ca jertfă. Înainte de a atinge desăvârşirea este cu neputinţă să te jertfeşti pe sine ca ardere de tot. Se pot aduce alte jertfe, precum: jertfe de împăcare, jertfe de curăţire, jertfe de mulţumire, dar nu jertfe ardere de tot. Se poate încerca şi se poate vorbi despre

aceasta, dar vor fi numai cuvinte şi nu fapta în sine. Această faptă se săvârşeşte fără cuvinte.

Să ştii că atâta timp cât te mai alipeşti de vreun lucru pământesc, atâta timp cât te mai bizui pe ceva din tine sau din afara ta, în afară de Dumnezeu, atâta timp cât găseşti că vreun lucru din cele create are gust şi te îndulceşti cu el, tu încă nu eşti pregătit pentru a fi ardere de tot. Nevoieşte-te să te eliberezi de toate acestea mai înainte, fă să înceteze toate vieţile din tine şi să rămână numai una – viaţa în Dumnezeu, sau să nu mai viezi tu, ci să vieze Dumnezeu şi Domnul Hristos şi Duhul Sfânt în tine, şi atunci adu-te ca ardere de tot lui Dumnezeu sau atunci vei fi adus ca ardere de tot lui Dumnezeu. Iar până atunci să ai ca jertfă către Dumnezeu un duh umilit şi o inimă înfrântă şi smerită şi să te mulţumeşti cu acestea pentru o vreme, dar nu pentru totdeauna. Căci totuşi trebuie ca în cele din urmă să ajungi la stadiul în care să te aduci pe tine lui Dumnezeu ca o ardere de tot desăvârşită.

CAPITOLUL 7

Despre căldura inimii şi despre răceala şi uscăciunea acesteia

Căldura duhovnicească a inimii este rodul simţirii lui Dumnezeu şi a tot ce este dumnezeiesc. Naşterea ei are loc odată cu întoarcerea către Dumnezeu prin pocăinţă. În vremea nevoinţelor de pocăinţă pentru curăţirea inimii ea dobândeşte din ce în ce mai multă putere şi de la o vremelnică căldură a inimii se ajunge treptat la una neîncetată, încât aceasta devine în cele din urmă starea firească a inimii.

Atunci când Cuviosul Ioan Scărarul sfătuia într-un anumit loc „să te străduieşti întotdeauna să ai simţirea lui

Dumnezeu şi a lucrurilor dumnezeieşti" el înţelegea această căldură. Orice lucru care încântă inima o şi încălzeşte; de aceea căldura inimii poate fi de multe feluri. Căldura duhovnicească se naşte din acţiunea subiectelor duhovniceşti asupra inimii, care are loc în cadrul vieţii duhovniceşti. Trăsătura ei caracteristică este renunţarea la toate lucrurile create şi alipirea atenţiei de Dumnezeu şi de tot ce este dumnezeiesc. Prin această trăsătură ea se deosebeşte de căldura sufletească şi trupească precum cerul de pământ.

Simţământul căldurii duhovniceşti este concentrat şi se arată simplu şi unic, dar în esenţa sa el este format din contopirea mai multor mişcări duhovniceşti, precum lumina soarelui este formată din contopirea celor şapte culori ale spectrului. În el este evlavie, străpungere a inimii, blândeţe, smerenie, închinăciune, adorare, râvnă sfântă, iubire de Dumnezeu. Şi deoarece nu toate aceste simţăminte se statornicesc deodată în inimă, nici căldura duhovnicească nu se face dintr-o dată o însuşire a inimii noastre.

Până în momentul în care căldura duhovnicească devine o stare permanentă a inimii, până atunci ea vine şi pleacă. Vine fie de la sine, ca oaspete ceresc, fie este rod al nevoinţelor duhovniceşti: citire, cugetare, rugăciune, acte de lepădare de sine şi binefaceri. Pleacă atunci când atenţia se abate de la subiecte duhovniceşti şi, drept urmare, inima se împărtăşeşte şi se îndulceşte de lucruri care nu sunt ale duhului. Acestea sting căldura duhovnicească, precum apa stinge focul.

Vrei să păstrezi căldura duhovnicească a inimii? Ţine-ţi atenţia înăuntru şi stai la rugăciune în inimă înaintea lui Dumnezeu, nu îngădui rătăcirea gândurilor, nu lăsa să intre în inimă nici o atracţie pentru vreun lucru sufletesc sau trupesc, taie îndată vlăstarele grijii de

multe, păzeşte vie râvna ta de a fi bineplăcut lui Dumnezeu şi de a-ţi mântui sufletul. În lucrurile dinafară păstrează o rânduială înţeleaptă, îndreptează-le pe toate spre scopul tău principal şi, făcând un lucru, nu-ţi încărca gândurile cu grija de multe. Dar mai adaug şi faptul că atunci când vei cunoaşte această căldură, nu vei putea să nu te sileşti să o păzeşti; silindu-te, vei folosi mijloacele potrivite pentru aceasta; iar folosindu-le, vei vedea care este cea mai bună cale pentru a o păstra. Dacă te vei apuca cu chibzuinţă de această lucrare, atunci căldura duhovnicească ţi se va face călăuză de încredere, învăţându-te cum să-ţi cârmuieşti cele dinăuntru şi cum să te comporţi în lucrurile dinafară şi în toată conduita ta, pentru a o păstra.

Pe cât de dulce este prezenţa căldurii duhovniceşti în inimă, pe atât de amară, chinuitoare şi înfricoşătoare este îndepărtarea ei. Ea pleacă, după cum am arătat, când atenţia şi inima se abat de la cele duhovniceşti şi se întorc spre cele neduhovniceşti. Prin acestea se are în vedere nu ceva ce ţine de păcat – pentru că cel ce a gustat căldura duhovnicească nu mai este atras de aşa ceva –, ci întreg domeniul sufletesc-trupesc, al celor deşarte, pământeşti şi create. De îndată ce atenţia se abate spre acest domeniu, căldura duhovnicească îndată scade; iar când şi inima se alipeşte de acesta, ea pleacă cu totul, lăsând în urma sa o răceală faţă de tot ce este dumnezeiesc şi faţă de Însuşi Dumnezeu, însoţită de indiferenţă faţă de toate lucrările şi ocupaţiile duhovniceşti care erau săvârşite pentru a păstra această căldură. La acela care îşi vine în fire îndată şi se grăbeşte să revină din nou la rânduiala sa obişnuită dătătoare de căldură, la acela căldura se întoarce fie repede, fie mai puţin repede. Dar cel care nu ia aminte la aceasta şi care, din pricina împrăştierii, a împătimirii şi a încrederii în

sine, îşi îngăduie să zăbovească în această atmosferă care aduce răceală, şi mai ales dacă şi cu fapta alunecă şi îşi împlineşte poftele neduhovniceşti care i se trezesc, la acela şi însăşi râvna pentru viaţa duhovnicească se clatină, dacă nu piere cu totul. Această stare din urmă este anticamera căderii în păcatele dinainte, care nu întârzie să-l cuprindă pe cel fără de grijă. Dar dacă acesta îşi revine în fire, el poate şi de aici să se întoarcă cu uşurinţă în starea sa duhovnicească.

Aşa apare răceala întotdeauna. Însă aceasta se întâmplă din vina noastră, şi anume prin slăbirea atenţiei şi a pazei asupra sinelui, fie ca urmare a ispitelor din partea mediului lumesc care îl înconjoară pe ostenitor, când momelile lumii, lucrând cu chipuri amăgitoare, îl răpesc pe om din sine însuşi; fie prin cursele diavolului, care unelteşte cu viclenie să-l ademenească pe om din sine în afară şi reuşeşte aceasta uneori adăugând la cursul natural al imaginaţiilor şi pe cele ale sale, mai atrăgătoare, iar alteori acţionând într-un anume fel şi asupra trupului. Dar oricare ar fi pricina, răcirea începe cu ieşirea atenţiei dinăuntru şi se fixează în înaintarea sa prin alipirea inimii de ceva, la început de un lucru deşert, iar apoi de o patimă sau un păcat. Însă totdeauna vina este a omului. Căci nici lumea, nici diavolul nu încalcă libertatea omului, ci numai îl ispitesc.

Se poate întâmpla ca răcirea să provină şi de la har. Căldura duhovnicească este rodul prezenţei harului în inimă. Când harul este prezent, inima este încălzită; iar când pleacă este rece. Harul pleacă şi atunci când omul iese în afară din sine spre lucruri necuvenite. Atunci plecarea aceasta este şi se cheamă „pedepsitoare". Dar altădată harul pleacă singur pentru a ajuta la sporirea duhovnicească a robilor lui Dumnezeu. Iar atunci plecarea aceasta este şi se numeşte „educativă". Dar şi în

cazul acesta urmarea este aceeaşi – răceala, simţământul pustiului în inimă, deoarece oaspetele a plecat. Deosebirea dintre aceste răceli este că răceala vinovată slăbeşte însăşi râvna pentru viaţa duhovnicească, pe când răceala provenită din retragerea educativă a harului o aprinde mai tare, ceea ce constituie şi unul dintre scopurile retragerii harului.

Harul lui Dumnezeu se retrage de la sine, în scop educativ, din următoarele pricini: pentru a aprinde râvna, care uneori slăbeşte când rămâne vreme îndelungată în repaus; pentru ca omul să se cerceteze mai cu luare aminte şi să îndepărteze interesele şi ocupaţiile care nu fac parte din viaţa plăcută lui Dumnezeu şi care nu conduc la El; pentru a conştientiza cu mai multă putere şi a simţi că tot binele pe care îl avem este rodul harului lui Dumnezeu; pentru ca pe viitor să preţuim mai bine darurile lui Dumnezeu, îngrijindu-ne să le păzim mai cu râvnă şi smerindu-ne mai adânc; pentru a ne lăsa cât mai sincer în mâna proniei lui Dumnezeu cu o desăvârşită lepădare şi defăimare de sine; pentru a nu ne lipi de mângâierile duhovniceşti şi a nu ne împărţi astfel inima în două, de vreme ce Dumnezeu vrea ca ea să Îi aparţină în întregime numai Lui; pentru ca şi atunci când harul lucrează în noi, să nu slăbim nevoinţa, ci să lucrăm neadormiţi pe calea lui Dumnezeu, încordându-ne toate puterile noastre care ne-au fost date de Dumnezeu tocmai pentru acest scop.

Astfel, chiar dacă răceala provine dintr-o părăsire educativă a harului lui Dumnezeu, pricina pentru aceasta eşti tu însuţi, căci harul lui Dumnezeu, chiar dacă se îndepărtează, însă te părăseşte stând cu ochii pe tine. De aceea, când simţi în tine răceală faţă de lucruri şi ocupaţii duhovniceşti şi pentru tot ce este dumnezeiesc, intră înăuntrul tău şi cercetează pentru care pricină s-a

petrecut aceasta şi, dacă vina se află în tine însuţi, grăbeşte-te să o îndepărtezi şi să o ştergi, îngrijindu-te nu pentru întoarcerea mângâierilor duhovniceşti, ci mai degrabă pentru nimicirea în tine a tot ce se arată nepotrivit şi neplăcut lui Dumnezeu. Dacă nu vezi nimic de acest fel, supune-te voii lui Dumnezeu, zicând în sine: „aşa a hotărât Dumnezeu; fie voia Ta, Doamne, asupra mea, neputinciosul şi nevrednicul". Apoi rabdă şi aşteaptă, neîngăduindu-ţi deloc să te abaţi de la rânduiala obişnuită a vieţii tale duhovniceşti şi a faptelor şi nevoinţelor tale; biruieşte atacul lipsei de râvnă pentru acestea prin sforţarea de a le face, neluând aminte la gândurile care te abat de la această osteneală şi îţi sugerează că această ocupaţie ar fi fără de folos; bea din toată inima acest pahar amar, spunând Domnului: „Vezi smerenia mea şi osteneala şi nu depărta mila Ta de la mine" – şi însufleţeşte-te cu credinţa că acest pahar ţi l-a adus dragostea lui Dumnezeu, dorindu-ţi o mai mare desăvârşire duhovnicească.

Nu numai pe Tabor să-I urmezi Domnului cu bucurie, ci şi pe Golgota, adică nu numai atunci când simţi înăuntrul tău dumnezeiasca lumină şi mângâierile şi bucuriile duhovniceşti, ci şi atunci când năvălesc întunecările, scârbele, greutăţile şi amărăciunile, care se întâmplă să le guste sufletul prin ispitele de la draci, dinăuntru şi din afară. Chiar dacă această răceală va fi însoţită de asemenea întunecări şi tulburări, încât nu vei mai şti ce să faci şi încotro să te întorci, cu toate acestea să nu te temi. Stai neclintit în rânduiala ta, rabdă cu supunere răstignit pe această Cruce, depărtând de la tine orice mângâiere pământească ce ţi-o pot oferi lumea sau trupul, îndemnate fiind de vrăjmaş. Străduieşte-te, de asemenea, să ascunzi această neputinţă a ta de orice persoană şi să nu vorbeşti nimănui despre ea, în afara

părintelui tău duhovnicesc, nejeluindu-te însă de greutatea venită asupra ta, ci căutând mai degrabă învăţătură cum să o eviţi pe viitor, iar acum să o înduri cu bună voire, până când îi va fi bineplăcut lui Dumnezeu să te ţină în ea.

Însă rugăciunile, împărtăşirea şi celelalte nevoinţe duhovniceşti ale tale să continui să le săvârşeşti ca de obicei, făcându-le nu pentru a dobândi desfătări duhovniceşti, nu pentru ca să fii coborât de pe Crucea prezentă, ci pentru ca să-ţi fie dăruită puterea de a rămâne pe ea cu dragă inimă, spre slava Celui ce S-a răstignit pentru noi, Hristos Domnul, şi de a trăi şi lucra întotdeauna precum Îi este bineplăcut Lui. Dacă uneori nu poţi să te rogi în aceste situaţii şi să ai gânduri bune ca de obicei, din pricina marii întunecări şi tulburări a minţii, fă toate acestea cum poţi, numai să nu fie cu lene şi cruţare de sine. Iar ceea ce nu poţi face desăvârşit, va fi primit ca desăvârşit pentru dorinţa, căutarea şi osteneala ta. Rămâi în această dorinţă, căutare şi osteneală şi vei vedea roadele minunate ale acesteia – însufleţirea şi puterea care vor umple sufletul tău.

Îţi propun un exemplu de cum se cuvine a-L chema pe Dumnezeu în timpul unei asemenea întunecări a minţii tale. Zi: *Pentru ce eşti mâhnit, sufletul meu, şi pentru ce mă tulburi? Nădăjduieşte spre Dumnezeu, că mă voi mărturisi Lui, mântuirea feţei mele şi Dumnezeul meu* (Ps. 42, 6-7); *Pentru ce, Doamne,* Te-ai retras departe de la mine şi *mă treci cu vederea* pe mine, cel aflat *întru necazuri?* (Ps. 9, 21-22); *Nu mă lăsa, Doamne, Dumnezeul meu, nu Te depărta de la mine* (Ps. 37, 21). Adu-ţi aminte de rugăciunea insuflată de Dumnezeu cu care s-a rugat Sarra, femeia cea iubită a lui Tobie, în vremea necazurilor sale şi foloseşte-o, zicând cu viu glas: „Cu adevărat ştie fiecare din cei care

lucrează pentru Tine, Doamne, că viaţa aceasta, dacă va fi spre încercare, se va încununa, iar dacă va fi întru scârbă, va primi izbăvire şi, după mila Ta, nu va ajunge până la stricăciune. Tu nu te bucuri de pieirea noastră, ci după furtună şi valuri dai linişte, iar după plâns şi lacrimi reverşi bucurie. Fie numele Tău binecuvântat în veci, Dumnezeul lui Israel".

Adu-ţi aminte şi de Hristos Domnul, Care în grădina Ghetsimani şi pe Cruce, din pricina pătimirilor nemăsurate, Se simţea părăsit de Tatăl Său Ceresc şi, simţindu-te în starea ta de faţă ca şi cum ai fi pe cruce, strigă din inimă cuvintele Sale: *Facă-se, Doamne, voia Ta! Nu precum voiesc Eu, ci precum Tu* (cf. Mat. 26, 39). Făcând aşa, răbdarea şi rugăciunea ta se vor înălţa înaintea feţei lui Dumnezeu precum flacăra jertfei inimii tale. Şi vei simţi că te va umple o hotărâre vie a voinţei şi o dragoste puternică de a urma lui Hristos cu crucea pe umeri pe orice cărare pe care El te va chema la Sine. Iată adevărata viaţă după Dumnezeu! Să Îl doreşti şi să Îl cauţi pe Dumnezeu de dragul lui Dumnezeu şi să-L ai şi să te împărtăşeşti cu El, şi să te împărtăşeşti de El în aşa fel şi într-o asemenea măsură, precum El doreşte. Dacă oamenii ar păşi pe calea vieţii plăcute lui Dumnezeu cu o astfel de dispoziţie şi după tăria ei ar măsura reuşitele lor pe acest drum, iar nu după revărsările de desfătări şi mângâieri duhovniceşti, atunci nu ar fi amăgiţi atât de uşor nici de ei înşişi, nici de uneltirile vrăjmaşului şi nu s-ar chinui fără de folos, nici n-ar cârti când ar întâmpina vremuri de uscăciune şi răceală, ci dimpotrivă, le-ar primi cu recunoştinţă şi le-ar îndura cu încredinţarea că, de vreme ce aşa voieşte Dumnezeu, atunci aceasta s-a întâmplat spre binele lor, şi, neluându-le în seamă, cu mai multă râvnă şi lepădare de sine s-ar sili să meargă

mai departe pe drumul vieţii plăcute lui Dumnezeu, împlinind toate rânduielile ei.

Se întâmplă uneori că atunci când sufletul se chinuieşte în astfel de răceală, de lipsă de poftă faţă de tot ce este duhovnicesc, vrăjmaşul atacă mai puternic, insuflând gânduri urâte, imbolduri ruşinoase şi visuri amăgitoare. Scopul său este ca omul, aruncat în deznădejde de sentimentul părăsirii de către Dumnezeu, să abandoneze lupta şi să se abată spre vreo patimă, pentru ca după aceea lui să-i fie uşor să-l atragă iarăşi în vârtejul vieţii păcătoase. Deci, cunoscând aceasta, stai neclintit. Lasă să mugească valurile păcatului în jurul inimii, dar atâta vreme cât în tine este voinţa de a nu păcătui şi dorinţa de a fi credincios lui Dumnezeu, corăbioara ta este în siguranţă. Harul lui Dumnezeu a luat de la tine mângâierile sale, dar el este în apropiere, priveşte la tine şi nu te va lăsa fără ajutor, atâta timp cât voia ta liberă este de partea binelui. Deci stai cu tărie, însufleţindu-te cu încredinţarea că furtuna aceasta va trece degrabă, iar împreună cu ea se va sfârşi şi uscăciunea ta. Crede că ea a fost îngăduită pentru binele tău, căci dacă vei răbda aceste vremuri de ispitire, vei ieşi din ele cu o mai bună cunoştinţă a neputinţelor tale, cu o mai mare smerenie şi o mai mare credinţă în ajutorul lui Dumnezeu care este totdeauna la îndemână. Dar despre asemenea atacuri furtunoase ale vrăjmaşului am mai avut ocazia să-ţi vorbesc. Vezi ce ţi-am spus acolo.

CAPITOLUL 8

Despre păzirea şi cercetarea conştiinţei

În tot chipul păzeşte, frate, conştiinţa ta curată atât în gânduri, cât şi în cuvinte şi în fapte, ca ea să fie

întotdeauna fără prihană şi niciodată să nu te învinovăţească şi să nu te mustre pentru nimic. Dacă vei face aşa, ea va dobândi putere în tine atât în lucrările dinăuntru, cât şi în cele dinafară şi, făcându-se stăpână peste toate, îţi va cârmui bine toată viaţa. Conştiinţa curată îţi va face şi viaţa fără prihană, căci ea va fi atunci receptivă şi puternică spre săvârşirea binelui şi potrivnică răului. Ea este legea înscrisă de Dumnezeu în inimile oamenilor spre luminarea căilor lor şi călăuzirea către toate cele cuvenite, precum învaţă Sfântul Apostol Pavel, numind-o: *fapta legii scrisă întru inimi* (Rom. 2, 15). Întemeindu-se pe aceasta, Cuviosul Nil a dat următorul sfat: „În toate lucrările tale foloseşte-te de călăuzirea conştiinţei precum de o făclie".

Eşti dator a păzi neprihănită conştiinţa ta în patru privinţe: faţă de Dumnezeu, faţă de tine, faţă de cei de aproape şi faţă de toate lucrurile pe care le ai în stăpânire.

Toate acestea îţi sunt cunoscute, totuşi îţi voi aminti cele mai importante. *Faţă de Dumnezeu* – stăruie în aducerea aminte de Dumnezeu şi umblă în prezenţa lui Dumnezeu; fii conştient că eşti purtat şi păzit de puterea lui Dumnezeu, şi călăuzit spre acel ţel pentru care El te-a chemat la existenţă; dedică-te pe tine şi tot ce este al tău slujirii lui Dumnezeu şi slavei numelui Său; trăieşte în El, nădăjduieşte în El şi încredinţează-I Lui soarta Ta, atât cea vremelnică, cât şi cea veşnică.

Faţă de tine însuţi – fii drept faţă de tine şi fiecărei părţi a fiinţei tale dă-i ceea ce i se cuvine: *duhului* tău, care Îl caută pe Dumnezeul cel ceresc şi veşnic, dă-i să stăpânească asupra sufletului şi trupului, care sunt însărcinate să rânduiască viaţa vremelnică; *sufletului*, dă-i să se supună îndemnurilor duhului; să îndoaie grumajii minţii spre adevărul revelat de Dumnezeu şi prin aceasta

să lumineze întreaga sferă a cunoaşterii sale; să ţină voinţa supusă poruncilor lui Dumnezeu, neîngăduindu-i să se abată spre poftele ei, împotriva acestor porunci; să înveţe inima să prindă gust numai de lucrurile dumnezeieşti şi de cele ce poartă pecetea dumnezeiască – şi în acest duh să-şi conducă îndeletnicirile de toate zilele şi obşteşti; *trupului* să-i dai cele necesare şi, păstrând în această privinţă o măsură aspră, să-ţi pui lege ca niciodată şi întru nimic *să nu faci grija de trup spre pofte* (Rom. 13, 14). Păzind acestea, vei fi un bun ocârmuitor şi un adevărat binefăcător al tău.

Faţă de aproapele – cinsteşte-i pe toţi ca pe nişte chipuri ale lui Dumnezeu, doreşte tuturor binele şi fă-le bine după putere; smereşte-te înaintea tuturor şi mulţumeşte-i pe toţi între limitele binelui; bucură-te cu cei ce se bucură şi întristează-te cu cei ce se întristează; nu osândi şi nu înjosi pe nimeni, nici măcar în gând sau în simţământ; nu ascunde adevărul, dacă îl ştii, de la cei care caută sfat şi lămurire de la tine, însă nu te fă învăţătorul nimănui cu de la tine putere; mai mult decât orice păzeşte pacea şi înţelegerea cu toţi, fiind gata la orice jertfă din partea ta pentru aceasta şi fereşte-te în tot chipul să sminteşti pe cineva.

Faţă de lucruri – cinsteşte-le pe toate ca zidiri ale lui Dumnezeu, pe care Dumnezeu ţi le-a dat în stăpânire; păzeşte-le şi foloseşte-le spre slava lui Dumnezeu; fii bucuros cu oricâte ai avea şi mulţumeşte lui Dumnezeu pentru ele; nu te împătimi de nici unul şi priveşte la toate ca la nişte mijloace şi unelte dinafară, ca să te foloseşti de ele în mod liber, iar nu ca să-ţi fie legături şi piedici în bunele tale îndeletniciri; nu-ţi îngădui să faci din ele un reazem pe care să te sprijini ca pe nişte proptele şubrede; nu te lăuda cu ale tale, nu le invidia pe ale

altora; nu fi strângător şi nu fi risipitor cu lucruri care nu sunt bune.

Toate acestea se cuvine să le împlinească fiecare într-un fel sau altul aproape la fiecare pas. Dacă vei *vieţui bine*, vei avea şi *conştiinţa bună*, imitând pe Sfântul Apostol Pavel, care zicea: *Nădăjduim că bună* (con)*ştiinţă avem, întru toate bine vrând a vieţui* (Evr. 13, 18).

Cei care vor să *vieţuiască bine*, râvnitorii pentru mântuire, lucrează astfel, stăruindu-se în tot chipul ca să nu greşească în nimic dintr-acestea şi să nu-şi păteze conştiinţa cu nimic. Cu toate acestea, uneori gânduri şi simţiri, uneori cuvinte, iar alteori şi fapte greşite se strecoară câteodată neobservate, în alte dăţi chiar şi observate, şi prăfuiesc chipul curat al conştiinţei, aşa încât la sfârşitul zilei rari sunt cei care nu se aseamănă călătorului care a mers pe un drum prăfuit, peste care s-a depus praf şi în ochi, şi în nas, şi în gură şi în păr, şi i-a acoperit toată faţa. Din această pricină fiecărui râvnitor pentru mântuire îi revine sarcina de a-şi examina conştiinţa seara şi, văzând toate greşelile săvârşite în cursul zilei cu gândul, cu cuvântul şi cu lucrul, să le curăţească prin pocăinţă, adică să facă acelaşi lucru pe care îl face şi călătorul prăfuit. Călătorul se spală cu apă, iar râvnitorul pentru mântuire se curăţeşte prin pocăinţă, zdrobire a inimii şi lacrimi.

Examinarea trebuie să cerceteze tot, bun sau rău, drept sau nedrept, din toate privinţele arătate mai sus. Ceea ce vezi că este drept în felul său, vezi dacă este drept şi în ceea ce priveşte imboldul şi intenţia cu care a fost făcut, dacă este drept în felul în care a fost săvârşit şi dacă l-ai privit drept după săvârşire – nu l-ai făcut cumva de ochii lumii, sau pentru a plăcea oamenilor, sau pentru propria plăcere; l-ai făcut oare la locul potrivit, la timpul

potrivit, către persoana potrivită, iar după aceea dacă nu l-ai trâmbiţat înaintea ta şi nu te-ai mândrit, nedând slavă lui Dumnezeu. O faptă dreaptă este dreaptă cu adevărat când ea se face prin supunere faţă de voia lui Dumnezeu şi spre slava lui Dumnezeu, cu deplină lepădare şi uitare de sine.

Dacă observi că ceva este greşit, cercetează cum de s-a întâmplat să faci aşa ceva, de vreme ce dorinţa ta permanentă a fost de a face numai ceea ce este bine, care au fost pricinile dinăuntru şi dinafară care au dus la aceasta, cum ar fi trebuit să te comporţi în situaţia respectivă pentru a nu păcătui şi de ce nu ai făcut aşa. Apoi, neînvinovăţind pe nimeni şi nimic altceva decât pe tine însuţi, hotărăşte cu înţelepciune cum trebuie să te comporţi de acum înainte ca să nu mai păcătuieşti în împrejurări ca acestea, şi pune-ţi ca lege să împlineşti cele hotărâte fără abatere şi îngăduinţă de sine sau căutare de a plăcea oamenilor, folosindu-te astfel şi de aceste greşeli pentru a îngrăşa pământul inimii tale.

La sfârşitul cercetării de sine, dă mulţumită lui Dumnezeu pentru tot ce a fost bine, neatribuindu-ţi nici un merit în aceasta, căci cu adevărat *El este Cel ce lucrează în voi şi ca să voiţi şi ca să lucraţi* (Fil. 2, 13), şi fără El noi nu putem să facem nimic bun (In. 15, 5). Însă, mulţumind lui Dumnezeu, urmează Sfântului Apostol Pavel şi, luând pildă de la el, uită aceasta, pentru a *tinde către cele dinainte* (Fil. 3, 13) cu mai multă osârdie. Iar pentru toate cele greşite pocăieşte-te şi întristează-te înaintea Domnului, dând vina pe tine că la masa ta niciodată nu Îi aduci în dar pâini desăvârşit curate, ci totdeauna amestecate cu pleavă şi gunoaie, şi ia hotărârea neabătută ca în ziua următoare să veghezi asupra ta cu asprime, ca să nu se strecoare nimic

necuvenit nu numai în fapte şi în cuvinte, ci nici în gânduri şi simţiri.

Cei care iau aminte la sine săvârşesc toate acestea, adică şi cercetarea de sine şi acţiunile pe care tocmai ţi le-am arătat, în cursul întâmplărilor zilei, aşa încât examinarea de seară a conştiinţei reprezintă pentru ei doar repetarea celei de peste zi, corectarea şi completarea ei. Şi nu se poate să nu recunoşti că această cale este mai bună şi mai firească. De conştiinţă nu poţi ascunde că ai acceptat răul, şi îndată ce ea bagă de seamă aceasta, începe să se tulbure. Şi oare nu este mai firesc ca îndată să o linişteşti prin învinovăţire de sine, căinţă şi hotărâre de a te îndrepta de acum înainte, decât de a amâna aceasta până seara?

Aş vrea să mai adaug una sau două sugestii asupra acestui subiect.

Examinează-ţi faptele cu cât mai multă asprime şi cercetează-le sub toate aspectele săvârşirii lor şi apoi rosteşte asupra ta o judecată fără de cruţare. Cu cât mai adânc vei pătrunde în tot ceea ce se întâmplă în tine şi de la tine, înlăturând ce este greşit, iar cele bune întărindu-le, cu atât mai repede se va curăţa conştiinţa ta, aşa precum o fântână, care cu cât este săpată mai adânc, cu atât apa din ea este mai curată.

Cunoscând ce este drept şi ce este nedrept, de acum înainte conştiinţa nu va mai înceta să pretindă fapte bune şi să condamne şi să mustre îngăduirea celor rele. Dar până ce ea va ajunge la deplină cunoştinţă despre una sau alta sau până când va dobândi *simţirile învăţate spre alegerea binelui şi a răului* (Evr. 5, 14) şi va avea în sine ochi pentru a vedea, ea va fi într-o oarecare măsură dependentă în această privinţă de alte puteri sufleteşti şi îndeosebi de raţiune. Însă raţiunea, până când inima nu se curăţeşte de patimi, adesea este

coruptă de acestea din urmă şi aduce multe justificări, care, întunecând ochiul conştiinţei, o duc în rătăcire, încât uneori ea ia negrul drept alb. De aceea, cât eşti încă în luptă cu patimile, cercetându-te pe tine, pune faptele tale înaintea oglinzii Cuvântului lui Dumnezeu şi lasă-te călăuzit de acesta pentru a determina calitatea şi valoarea lor şi, pe lângă aceasta, nu te ruşina şi nu te lenevi a merge mai des pe la părintele tău duhovnicesc.

Începe şi sfârşeşte examinarea faptelor tale cu o rugăciune osârdnică pentru ca Domnul să-ţi dea ochi să vezi adâncimile inimii tale, căci *adâncă este inima omului mai mult decât toate, şi cine o va cunoaşte* (Ier. 17, 9)? – Nimeni, decât *Dumnezeu*, Care *mai mare este decât inima noastră şi ştie toate* (I In. 3, 20), *singur ştie inima tuturor fiilor omeneşti* (Cf. III Împ. 8, 39). Căci există simţăminte rele adânc ascunse în inimă, care uneori se furişează în fapte, iar alteori, chiar şi fără a fi observate, le murdăresc cu duhoarea păcatului. Deci roagă-te împreună cu Prorocul David: *De cele ascunse ale mele curăţeşte-mă* (Ps. 18, 13).

CAPITOLUL 9

Despre pregătirea de luptă cu vrăjmaşii în ceasul morţii

Deşi toată viaţa noastră pe pământ este o luptă neîncetată şi trebuie să luptăm până la sfârşit, însă cea mai importantă şi mai decisivă luptă ne aşteaptă în ceasul morţii. Şi cel care cade în acel moment, acela nu se mai ridică. Dar să nu te minunezi de aceasta, că dacă vrăjmaşul a îndrăznit a merge la Domnul nostru Cel fără de păcat la sfârşitul vieţii Lui, precum a zis Însuşi Domnul: *vine stăpânitorul lumii acesteia şi întru Mine nu are nimic* (In. 14, 30), ce l-ar putea reţine să ne atace pe noi, păcătoşii, la sfârşitul vieţii noastre? Şi Sfântul

Vasile cel Mare spune în tâlcuirea Psalmului al şaptelea la cuvintele: *ca nu cândva să răpească ca un leu sufletul meu, nefiind cel ce izbăveşte, nici cel ce mântuieşte* (Ps. 7, 2), că cei mai neobosiţi luptători, care au luptat toată viaţa neîncetat cu demonii, s-au izbăvit de cursele lor şi au rezistat năvălirilor lor, la sfârşitul vieţii au fost supuşi cercetării de către prinţul veacului acestuia, pentru a vedea dacă nu se află în ei ceva ce ţine de păcat. Iar aceia la care se găsesc răni sau pete şi urme ale păcatului sunt reţinuţi în stăpânirea sa, în vreme ce aceia la care nu se găseşte nimic de felul acesta sunt sloboziţi şi se odihnesc în Hristos.

Dacă aşa stau lucrurile, atunci nu se poate să nu avem în vedere aceasta şi să nu ne pregătim dinainte să întâmpinăm acel ceas, pentru a-l trece cu bine. Toată viaţa ar trebui să slujească ca pregătire pentru aceasta. Te vei arăta bine pregătit în acel ceas, dacă pe parcursul întregii vremi a vieţii dăruite ţie te vei lupta cu curaj cu vrăjmaşii mântuirii tale. Dobândind în vremea vieţii buna îndemânare de a birui pe vrăjmaşi, şi în ceasul morţii vei câştiga cu uşurinţă cununa biruinţei.

Deci să cugeţi adesea cu luare-aminte la moarte, gândindu-te la toate câte se vor întâmpla atunci. Dacă vei face aşa, atunci acel ceas nu te va surprinde nepregătit, nu te va înspăimânta sau te va înspăimânta mai puţin, iar sufletul tău, nefiind slăbit de frică, se va arăta mai întărit şi mai puternic pentru a se apuca de luptă şi a birui vrăjmaşul. Oamenii din lume fug de cugetarea şi amintirea morţii, pentru a nu-şi curma bucuriile şi plăcerile simţurilor, care nu se împacă cu aducerea aminte de moarte. Din pricina aceasta creşte în ei din ce în ce mai mult şi se întăreşte alipirea de bunătăţile lumii, neîntâlnind nimic care să i se opună. Dar când vine vremea despărţirii de viaţă şi de toate

lucrurile şi bucuriile iubite, ei se tulbură, se chinuiesc şi se înspăimântă peste măsură.

Pentru ca o astfel de cugetare la moarte să aducă întreg rodul său, trebuie să te pui în minte în starea unui om care moare şi se află în strâmtorările şi chinurile dinaintea morţii, să-ţi închipui cu însufleţire ispitele vrăjmaşului care te pot asalta atunci, repetând în acelaşi timp şi gândurile şi simţirile care ar avea putere să le respingă. În continuare îţi voi prezenta care anume sunt atacurile posibile ale vrăjmaşului în acel moment şi metodele de respingere a lor, pentru ca tu, încă în viaţă fiind, să te obişnuieşti să le exersezi în gând, iar când va veni ceasul morţii să le pui în practică. Trebuie ca cel care va întâlni acel război şi acea luptă care sunt de neocolit şi care vor avea loc doar o singură dată, să cunoască şi să se deprindă bine cum să o întâmpine şi să o ducă, ca să nu facă greşeli şi să sufere pierderi care nu mai pot fi reparate.

CAPITOLUL 10

Despre cele patru ispite aduse de vrăjmaşi în ceasul morţii. Prima ispitire – împotriva credinţei – şi despre mijloacele pentru biruirea ei

Patru sunt principalele şi cele mai primejdioase ispite la care ne supun de obicei vrăjmaşii noştri, demonii, în ceasul morţii: 1) clătinarea credinţei, 2) deznădejdea, 3) slava deşartă şi 4) feluritele înfăţişări pe care le iau demonii şi pe care le arată celor ce sunt pe moarte.

În ceea ce priveşte prima ispitire, atunci când vrăjmaşul cel înşelător începe să semene în tine gânduri de necredinţă sau, arătându-se aievea, îţi vorbeşte împotriva credinţei, tu, neintrând în dispută cu el,

întărește-te în credința pe care el o atacă și spune-i cu sfântă mânie: „Piei din ochii mei, satano, tată al minciunii. Eu nu vreau nici măcar să te ascult; din tot sufletul am crezut întotdeauna și cred în tot ceea ce crede maica mea, Sfânta Biserică. Și aceasta îmi este de ajuns". Nu îngădui deloc gândurile de necredință și stai neclintit, după cuvântul Scripturii: *De se va sui peste tine duhul celui puternic* (adică al vrăjmașului), *să nu îți lași locul tău* (Eccl. 10, 4). Înțelege bine că aici este doar uneltirea diavolului, care încearcă să te tulbure în ultimul tău ceas. Dacă nu poți să stai neclintit cu mintea, stai bărbătește cu voința și cu simțirea, neîngăduindu-le să se încline înspre ceea ce li se sugerează, chiar dacă acel lucru ar fi întărit cu cuvinte din Scriptură aduse de vrăjmașul pierzător de suflete. Căci orice citate ți-ar aduce el aminte din Scripturi, toate acelea ar fi îndreptate spre pierzarea ta, prin strâmba tâlcuire și răstălmăcirea adevăratelor cuvinte ale lui Dumnezeu.

Dacă șarpele înșelător te va întreba: „Ce învață Biserica?", nu-i răspunde și nu da atenție cuvintelor lui, nesocotindu-l. Apoi, știind că el este numai minciună și viclenie și că a început să vorbească cu tine ca să te prindă în cuvinte, adâncește-te în contemplarea credinței din inima ta. Totuși, dacă te simți tare în credință și puternic în gând, și dacă vrei să-l rușinezi pe vrăjmaș, răspunde-i că Sfânta Biserică crede în adevăr. Dacă el iarăși va întreba: „Dar care este acest adevăr?", zi-i lui: „Cel în care crede ea și anume că Hristos Domnul prin cruce te-a lovit și a sfărâmat puterea ta". Iar apoi alipește-te cu ochiul minții tale de vederea Domnului Care a fost răstignit pentru noi și roagă-te: „Dumnezeul meu, Făcătorule și Izbăvitorule! Grăbește spre ajutorul meu și nu îngădui să fiu clătinat nici cât de puțin în adevărul sfintei Tale credințe, ci binevoiește ca, precum

întru adevărul acesta m-am renăscut prin darul Tău, tot aşa, rămânând în el, să sfârşesc şi viaţa mea trecătoare spre slava numelui Tău!”.

CAPITOLUL 11

A doua ispită în ceasul morţii – deznădejdea

A doua ispită din ceasul morţii, prin care vrăjmaşul încearcă să ne doboare la sfârşit, este frica pe care o pune în noi prin aducerea aminte de mulţimea păcatelor noastre. Frica aceasta nu poate fi ocolită, dar ea se domoleşte prin credinţa în răscumpărarea păcatelor noastre prin moartea pe cruce a Mântuitorului Hristos. Dar vrăjmaşul, întunecând această credinţă, atât de mult exagerează frica pentru păcate, încât înăbuşă orice nădejde de mântuire şi ne doboară cu deznădejdea şi disperarea. De aceea, fratele meu, pregăteşte-te dinainte de respingerea acestui atac şi încă de pe acum, apropiindu-te de porţile morţii, gândeşte-te să ţii cu putere semnul nostru biruitor – Crucea lui Hristos, adică să ai ridicată în inimă credinţa neclintită în puterea răscumpărătoare a morţii pe Cruce a Domnului. Iar atunci când vei trece cu adevărat porţile morţii şi vei simţi atacurile deznădejdii, înainte de toate grăbeşte-te să conştientizezi că acestea sunt lucrări ale vrăjmaşului, iar nu roade fireşti ale amintirii propriilor păcate. De obicei, o astfel de aducere aminte aduce smerenie, frângere şi durere a inimii pentru că am supărat pe Dumnezeul cel drept şi atotmilostiv. De aceea, deşi naşte frică, dar această frică nu stinge nădejdea în mila lui Dumnezeu, ci, fiind amestecată cu ea, lasă loc unei nădejdi pline de îndrăzneală în mântuire, respingând orice simţământ de lepădare. Ştiind aceasta, vei putea să recunoşti că eşti supus amăgirii diavoleşti atunci când amintirea păcatelor

te va chinui şi te va împinge spre deznădejde, înăbuşind orice nădejde de mântuire şi doborându-te cu frica de a fi lepădat. Deci, cunoscând aceasta, îţi va fi uşor să nădăjduieşti mai presus de nădejde, ceea ce va alunga toată disperarea.

Nădejdea mai presus de nădejde te va adânci în contemplarea milei lui Dumnezeu, pe care simţind-o, îţi vei arunca mulţimea păcatelor tale în adâncimea ei fără de sfârşit, cu convingerea puternică că Dumnezeu voieşte şi caută mântuirea noastră, iar nu pieirea. Această convingere este întărită întotdeauna, iar mai ales atunci, numai de puterea fără de margini a morţii pe cruce a Domnului şi Mântuitorului nostru. De aceea, de vreme ce întotdeauna trebuie să ne adăpostim la umbra Crucii, cu atât mai mult atunci. Şi iată ce rugăciune ţi se cuvine să rosteşti către Domnul Dumnezeul tău, intrând pe porţile morţii: „Doamne! Am o mulţime de pricini să mă tem că mă vei osândi şi mă vei lepăda pentru păcatele mele, după dreptatea Ta; dar încă mai mare îndrăzneală am să nădăjduiesc că mă vei milui după mila Ta cea fără de margini, în Iisus Hristos, Răscumpărătorul şi Mântuitorul nostru. De aceea rog nemăsurata Ta bunătate să mă cruţi pe mine, sărmana ta făptură osândită pentru păcatele mele, dar spălată de Sângele fără de preţ al Fiului Tău şi Dumnezeului nostru, ca să Te slăvesc în veci. Cu totul mă încredinţez în mâinile Tale; fă cu mine după mila Ta. Tu singur eşti Stăpânul vieţii mele".

CAPITOLUL 12

A treia ispită în ceasul morţii – slava deşartă

A treia ispită în ceasul morţii este ispita slavei deşarte şi a preţuirii de sine, care îl îndeamnă pe om să se încreadă doar în el şi în faptele sale. De aceea, precum

întotdeauna, cu atât mai mult acum, în ceasul de pe urmă, nu îngădui deloc atenției tale să se oprească asupra ta și asupra lucrurilor tale și să se complacă în mulțumirea de sine, chiar dacă ai fi sporit în virtuți mai mult decât toți sfinții. Ci în Dumnezeu să-ți fie toată bucuria și încrede-te cu totul doar în mila Lui și în pătimirile pe care Domnul și Mântuitorul nostru le-a îndurat pentru a te mântui. Defăimă-te în tot chipul înaintea ochilor tăi până la ultima ta răsuflare. Iar dacă se întâmplă să îți treacă prin minte vreuna din faptele tale bune, gândește-te că Dumnezeu a săvârșit aceasta în tine și prin tine, iar nu tu, și că ea numai de la El izvorăște.

Aleargă sub acoperământul milei lui Dumnezeu; totuși nu-ți îngădui să o aștepți ca o răsplată pentru multele și marile lupte duse de tine și pentru biruințele câștigate. Să ai totdeauna frica mântuitoare, mărturisind cu sinceritate că toată râvna ta, toate strădaniile și nevoințele ar fi fost deșarte și fără de rod, dacă Dumnezeu nu le-ar fi luat sub aripa bunăvoirii Sale, dacă nu le-ar fi sprijinit și nu ar fi lucrat în ele. Pe această milostivă bunăvoire a lui Dumnezeu întemeiază-ți și acum toată nădejdea ta.

Dacă vei urma aceste sfaturi ale mele, să fii sigur că în ceasul morții vrăjmașii tăi nu vor izbândi în atacurile lor și ți se va deschide cale liberă, pe care cu bucurie vei trece din această vale a plângerii la Ierusalimul cel Ceresc, patria ta cea dorită.

CAPITOLUL 13

A patra ispită din ceasul morții – nălucirile

Dacă vrăjmașul nostru cel rău, viclean și îndârjit, care nu încetează a ne ispiti, ar dori ca în ceasul morții să te amăgească prin oarecare năluciri, vedenii și prefaceri

în înger de lumină, tu să stai neclintit în conştiinţa sărăciei şi a nimicniciei tale desăvârşite şi să-i zici lui cu inimă vitează şi cu îndrăzneală: „Schimbă-te, ticăloase, întru întunericul tău, căci mie, fiind nevrednic, nu mi se cuvine să am vedenii şi descoperiri. Doar de un singur lucru am trebuinţă – de îndurarea nemărginită a Domnului meu Iisus Hristos, de rugăciunile şi mijlocirile Stăpânei noastre, Născătoarea de Dumnezeu şi Pururea Fecioara Maria, şi ale tuturor sfinţilor". Chiar dacă din anumite semne arătate ţi se va părea că vezi vedenii adevărate, trimise de Dumnezeu, şi în această împrejurare să nu te grăbeşti să crezi în ele, ci mai degrabă să te adânceşti în conştiinţa nevredniciei şi nimicniciei tale. Nu te teme că Îl vei supăra pe Dumnezeu cu aceasta, căci simţămintele noastre smerite niciodată nu Îi sunt neplăcute. Dacă astfel de vedenii îţi sunt de trebuinţă, Dumnezeu ştie cum să facă pentru ca tu să nu-ţi închizi ochii faţă de ele, iertându-ţi şovăiala de a crede că sunt de la Dumnezeu. Cel care dă dar celor smeriţi nu îl ia de la ei pentru faptele care le săvârşesc din smerenie.

Acestea sunt armele cele mai folosite de vrăjmaş pentru a ne ataca în cel din urmă ceas al morţii. Dar el foloseşte pentru aceasta şi orice altă patimă care l-a stăpânit în timpul vieţii pe muribund şi se străduieşte să o aţâţe, pentru ca acela să părăsească lumea într-o stare pătimaşă, ceea ce i-ar hotărî soarta viitoare. De aceea, înainte de apropierea ceasului acelei mari lupte, ni se cuvine, iubiţilor, să ne înarmăm împotriva patimilor noastre celor mai puternice şi, pornind bărbăteşte la război asupra lor, să le biruim şi să ne curăţim de ele, pentru a ne uşura victoria în ceasul nostru din urmă, care poate veni în orice clipă. În această privinţă Domnul spune fiecăruia: *Luptă împotriva lor până ce îi vei stârpi* (I Împ. 15, 18).

CAPITOLUL 14

Despre pacea duhovnicească a inimii

Inima ta, iubite, a fost zidită de Dumnezeu doar pentru acest scop: ca ea să-L iubească numai pe El şi să-I fie lăcaş. De aceea El te cheamă pe tine ca să-I dai inima ta, zicând: *Fiule, dă-Mi inima ta* (cf. Pild. 23, 26). Dar, pentru că Dumnezeu este Pace care covârşeşte toată mintea, este neapărată nevoie ca inima care doreşte să-L primească înăuntru să fie paşnică şi liberă de orice tulburare, căci numai *în pace este locul Lui* (Ps. 75, 2), precum zice David. Deci îngrijeşte-te mai mult decât orice să statorniceşti şi să întăreşti aşezarea paşnică a inimii tale, aşa încât toate virtuţile tale, toate faptele şi nevoinţele, iar mai ales luptele tale curajoase cu vrăjmaşii, să fie îndreptate spre dobândirea acestei păci, precum a zis marele sihastru Arsenie: „Toată grija ta îndreapt-o spre aceea, ca starea ta dinăuntru să fie după Dumnezeu, şi vei birui patimile cele din afară”.

Pacea inimii este tulburată de patimi; nu lăsa patimile să ajungă la inimă şi ea va fi întotdeauna în pace. Luptătorul în războiul nevăzut stă înarmat la poarta inimii şi respinge pe cei ce încearcă să intre în ea şi să o tulbure. Şi atâta timp cât inima este în pace, biruinţa asupra atacatorilor nu este grea. Pacea inimii este scopul războiului duhovnicesc şi cel mai puternic mijloc pentru a câştiga biruinţa în el. De aceea, când tulburarea pătimaşă se furişează în inimă, nu te arunca asupra patimii pentru a o birui, ci coboară cât mai repede în inimă şi străduieşte-te să o linişteşti. De îndată ce inima se linişteşte lupta se termină.

Viaţa omului nu este nimic altceva decât un război neîntrerupt şi o ispită neîncetată, precum a zis Iov: *Oare nu este o ispită viaţa omului pe pământ?* (Iov 7, 1).

Ispita provoacă lupta – şi iată războiul. Din pricina acestui război trebuie să priveghezi totdeauna şi cu toată grija să păzeşti şi să supraveghezi inima ta, ca ea să fie în pace şi liniştită. Când se va ridica în sufletul tău vreo mişcare tulburătoare, scoală-te cu râvnă ca să o înăbuşi şi să-ţi împaci inima ta, pentru a nu te abate din calea cea dreaptă din pricina acelei tulburări. Căci inima omului se aseamănă cu greutatea de la ceas şi cu cârma corabiei. Dacă uşurezi sau îngreuiezi greutatea de la ceas, îndată se schimbă mişcarea tuturor rotiţelor ceasului, iar arătătoarele ceasului încetează de a mai fi indicatoare de încredere ale timpului. Întoarce cârma la dreapta sau la stânga şi îndată se va schimba cursul corabiei şi ea se va abate de la direcţia pe care o ţinea mai înainte. Tot aşa, atunci când inima se tulbură, toate cele dinăuntru ale noastre trec la o mişcare fără de rânduială şi însăşi mintea îşi pierde dreapta socoteală. Iată de ce este nevoie de a linişti inima cât mai repede, de îndată ce ea este tulburată de ceva dinăuntru sau dinafară în timpul rugăciunii sau în orice altă vreme.

Şi să cunoşti că numai atunci vei şti să te rogi bine, când te vei învăţa să lucrezi cum se cuvine în nevoinţa de a păzi pacea ta interioară. Către aceasta să-ţi îndreptezi atenţia ta, chibzuind cum să reuşeşti să faci ca fiecare lucru al tău să se săvârşească în pacea inimii, cu plăcere şi bucurie. Pe scurt, nevoinţa neîncetată a întregii tale vieţi ar trebui să fie păstrarea păcii inimii tale, neîngăduindu-i ei să ajungă în vreo tulburare fără de rânduială şi săvârşind toate lucrurile tale în umbra acestei păci, în linişte, precum este scris: *Fiule, cu blândeţe* (linişte) *săvârşeşte lucrurile tale* (Sir. 3, 17), ca să te învredniceşti fericirii făgăduite celor blânzi: *Fericiţi cei blânzi, că aceia vor moşteni pământul* (Mat. 5, 5).

CAPITOLUL 15

Despre mijloacele de păstrare a păcii lăuntrice

Pentru a păstra pacea lăuntrică:

1) Mai înainte de orice, ţine în rânduială simţurile tale dinafară şi fugi de libertate în purtarea ta exterioară, adică: să nu priveşti, să nu grăieşti, să nu dai din mâini, să nu umbli şi nimic altceva să nu faci vreodată cu tulburare, ci întotdeauna cu bună rânduială şi în linişte. Obişnuindu-te să te porţi cu pace cuviincioasă în mişcările şi lucrurile tale dinafară, cu uşurinţă şi fără osteneală vei reuşi să fii în pace şi înăuntrul tău, în inima ta, căci, după mărturia Sfinţilor Părinţi, omul dinăuntru îşi ia dispoziţia de la cel dinafară.

2) Obişnuieşte-te să iubeşti pe toţi oamenii şi să trăieşti cu toţi în înţelegere, precum zice Apostolul Pavel: *De este cu putinţă, pe cât stă în puterea voastră, cu toţi oamenii să aveţi pace* (Rom. 12, 18).

3) Ţine-ţi conştiinţa nepătată, ca ea să nu te mustre şi să nu te tulbure pentru nimic, ci să fie în pace şi faţă de Dumnezeu, şi faţă de tine însuţi, şi faţă de cei de aproape, şi faţă de toate lucrurile cele din afară. O astfel de pază a conştiinţei naşte, adânceşte şi înmulţeşte pacea dinăuntru, după cum adevereşte Sfântul David: *Pace este multă celor ce iubesc legea Ta, şi nu este lor sminteală* (Ps. 118, 165).

4) Obişnuieşte-te a îndura orice neplăceri şi ocări fără de tulburare. Este adevărat că înainte de a câştiga această pace, va trebui să pătimeşti şi să suferi mult în inima ta, din pricina lipsei tale de deprindere în a te stăpâni în astfel de împrejurări. Însă, după ce o vei câştiga, sufletul tău va afla mare mângâiere în înseşi neplăcerile pe care le va întâmpina. Dacă eşti hotărât, de la o zi la alta te vei stăpâni din ce în ce mai bine pe tine

însuţi şi degrabă vei ajunge ca să ştii cum să-ţi menţii pacea duhului în toate furtunile din afară sau dinăuntru.

Dacă se va întâmpla uneori să nu poţi să-ţi stăpâneşti inima şi, alungând tristeţea şi scârba, să sălăşluieşti pacea în ea, aleargă la rugăciune şi alipeşte-te de ea, urmând Domnului şi Mântuitorului nostru, Care S-a rugat de trei ori în grădina Ghetsimani, pentru a-ţi da pildă ca la orice supărare şi scârbă a ta să ai drept scăpare rugăciunea şi că, oricât ai fi de necăjit şi împuţinat la suflet, nu trebuie să te depărtezi de ea, până când nu vei ajunge la o asemenea stare în care voia ta să fie în deplin acord cu voia lui Dumnezeu, iar inima ta, liniştindu-se prin aceasta, se va umple de îndrăzneală bărbătească şi cu bucurie va întâmpina, va primi şi va îndura cele de care mai înainte se temea şi de care dorea să scape. Căci şi Domnul S-a temut, S-a întristat şi S-a scârbit, dar după rugăciune S-a liniştit şi a zis cu pace: *Sculaţi-vă, să mergem. Iată, s-a apropiat cel ce M-a vândut* (Mat. 26, 46).

CAPITOLUL 16

Pacea din inimă se statorniceşte încetul cu încetul

Să ai grijă întotdeauna ca să nu îngădui inimii tale să ajungă la tulburare şi nelinişte, silindu-te în tot chipul să o păzeşti în pace şi liniştită. Iar Dumnezeu, văzând cum te osteneşti şi te nevoieşti pentru aceasta, cu darul Său va zidi în sufletul tău o cetate a păcii, iar inima ta se va face atunci o casă a desfătării, precum în chip alegoric se înţelege următorul cuvânt din Psaltire: *Ierusalimul, cel ce se zideşte ca o cetate* (Ps. 121, 3). Numai aceasta doreşte Dumnezeu de la tine, ca de fiecare dată când ţi se va întâmpla să te tulburi de ceva, îndată să restatorniceşti pacea în tine şi astfel să rămâi liniştit în toate lucrurile şi

ocupaţiile tale. Să ştii însă că pentru aceasta ai nevoie de răbdare, căci precum o cetate nu se zideşte într-o zi, tot aşa să nu socoteşti că într-o zi poţi dobândi pacea lăuntrică. Căci nici aceasta nu este altceva decât a zidi o casă pentru Dumnezeul păcii şi un lăcaş Celui Preaînalt, ca să fie biserică a Lui. Să mai ştii că Însuşi Dumnezeu este Acela Care zideşte această casă şi fără de El va fi zadarnică orice osteneală a ta, după cum este scris: *De nu ar zidi Domnul casa, în zadar s-ar osteni cei ce o zidesc* (Ps. 126, 1). Să mai ştii că principala temelie a acestei păci a inimii este smerenia şi fuga de lucruri, ocupaţii şi sarcini cu multe grij şi bătăi de cap. În ceea ce priveşte prima, cine nu ştie că smerenia, pacea inimii şi blândeţea sunt aşa de strâns legate între ele, încât acolo unde se află una, acolo este şi cealaltă? Acela care este liniştit cu inima şi blând, acela e şi smerit, şi invers, cine este smerit cu inima, acela este blând şi liniştit. De aceea şi Domnul le-a pus în unire nedespărţită, atunci când a zis: *Învăţaţi-vă de la Mine, că sunt blând şi smerit cu inima* (Mat. 11, 29). Iar în ceea ce priveşte cea de-a doua, vedem preînchipuirea ei în Vechiul Testament, în faptul că Dumnezeu n-a voit să-I fie construită casa de David, care aproape toată viaţa lui a dus războaie şi a avut tulburări, ci de fiul său, Solomon, care, după numele său, a fost împărat paşnic şi nu a dus războaie cu nimeni.

CAPITOLUL 17

Pentru pacea inimii trebuie să fugi de onoruri şi să iubeşti smerenia şi sărăcia

Deci, fratele meu, de iubeşti pacea inimii, nevoieşte-te a intra întru dânsa prin poarta smereniei, căci altă intrare într-însa nu este decât smerenia. Dar, ca

să câştigi smerenia, osteneşte-te şi sileşte-te să îmbrăţişezi cu dragoste toate neplăcerile şi scârbele, ca pe nişte surori iubite ale tale, şi să fugi de toată slava şi cinstea, dorind mai degrabă a fi defăimat de toţi şi neştiut, şi a nu primi îngrijire şi mângâiere de la nimeni, în afară de Dumnezeu. Statorniceşte în inima ta, convins fiind de folosul său, gândul că Dumnezeu este singurul tău bine şi unica ta scăpare, iar toate celelalte lucruri nu sunt altceva decât spini, care, de îi vei băga în inima ta, te vor vătăma de moarte. Iar dacă ţi se va întâmpla să suporţi vreo ruşinare din partea cuiva, nu te întrista pentru aceasta, ci să o înduri cu bucurie, având încredinţare că Dumnezeu este atunci cu tine. Şi să nu voieşti altă cinste şi să nu cauţi nimic altceva, decât a pătimi pentru dragostea lui Dumnezeu şi pentru ceea ce este spre slava Sa.

Sileşte-te să te bucuri când cineva îţi spune cuvinte de ocară, te învinuieşte sau îţi arată dispreţ, pentru că sub această ponegrire şi necinstire este ascunsă o mare comoară şi, de o vei primi de bunăvoie, degrabă te vei afla bogat duhovniceşte, fără a-şi da seama nici cel ce îţi face acest dar, adică acela care te necinsteşte. Să nu cauţi niciodată a fi iubit de cineva în viaţa aceasta, nici cinstit, ca să fii mai liber a pătimi împreună cu Hristos Cel Răstignit şi să nu fii împiedicat de cineva sau ceva la aceasta. Păzeşte-te de tine însuţi ca de cel mai mare vrăjmaş al tău şi să nu urmezi voii tale, nici minţii tale, nici gusturilor şi simţurilor tale, dacă nu voieşti să te prăpădeşti. De aceea ţine întotdeauna armele pregătite împotriva ta, iar când voinţa ţi se pleacă spre vreun lucru, chiar şi sfânt, aşază-l fără de nici o părtinire înaintea Dumnezeului tău, rugându-L cu preaadâncă smerenie să fie întru acesta voia Lui, iar nu a ta. Fă aceasta predându-te din inimă şi cu sinceritate în voia lui

Dumnezeu, fără nici un amestec al iubirii de sine, cunoscând că de la tine nu ai nimic şi nici nu poţi face ceva de unul singur pentru mântuirea ta.

Păzeşte-te de gândurile care se arată sfinte şi aprind o râvnă fără de socoteală, despre care Domnul vorbeşte alegoric: *Păziţi-vă de prorocii cei mincinoşi, care vin la voi în haine de oi, iar înăuntru sunt lupi răpitori. Din roadele lor îi veţi cunoaşte pe ei* (Mat. 7, 15-16). Iar roadele lor sunt chinul şi prăbuşirea sufletului. Să ştii că orice lucruri care te îndepărtează de la smerenie şi de la pacea şi liniştea dinăuntru, oricât de frumoase ar părea, toate acestea nu sunt decât proroci mincinoşi, care, fiind îmbrăcaţi în haine de oi, adică în râvnă făţarnică de a face bine aproapelui fără discernământ, sunt cu adevărat lupi răpitori, care-ţi răpesc smerenia, pacea şi liniştea atât de necesare pentru oricine voieşte să sporească temeinic în viaţa duhovnicească. Şi cu cât vreun lucru pare să fie mai sfânt, cu atât mai atent trebuie să-l cercetezi, însă fără pripire şi tulburare. Dacă ţi se întâmplă uneori să cazi în greşeală în această privinţă, să nu te împuţinezi cu sufletul, ci smereşte-te înaintea lui Dumnezeu şi, conştientizându-ţi neputinţa ta, trage învăţătura cuvenită pentru viitor. Căci se poate ca Dumnezeu să fi îngăduit aceasta pentru a smeri vreo urmă de mândrie care se află ascunsă în tine, dar ţie îţi este necunoscută.

Când simţi că sufletul tău este împuns de ţepii spinilor otrăviţi, adică ai patimilor sau ai gândurilor pătimaşe, nu te tulbura pentru aceasta, ci sporeşte luarea aminte şi străduieşte-te să nu le îngădui să ajungă până la inimă. Înfruntă atacurile şi împotriveşte-te lor, ţinându-ţi inima neatinsă de ele şi curată înaintea lui Dumnezeu. Astfel, pentru curăţia ei, Îl vei avea pe Dumnezeu totdeauna prezent înăuntrul tău, în adâncul inimii tale. În

acelaşi timp să stăpânească înăuntrul tău încredinţarea că tot ce se întâmplă în tine şi cu tine, are loc pentru încercarea şi înţelepţirea ta, pentru a te învăţa să discerni bine care lucru este mântuitor pentru tine şi, împlinindu-l, să te învredniceşti a dobândi cununa dreptăţii, pregătită pentru tine prin mila lui Dumnezeu.

CAPITOLUL 18

Sufletul trebuie să rămână însingurat în sine, pentru ca Dumnezeu să-l umbrească cu pacea Sa

Fiindcă Dumnezeul dumnezeilor şi Domnul domnilor de aceea a binevoit să zidească sufletul tău, ca să-I fie sălaş şi biserică Lui Însuşi, se cuvine să-ţi ai sufletul la mare cinste şi să nu-l laşi să se înjosească prin înclinaţii către lucruri care îi sunt inferioare. Toate dorinţele şi nădejdile tale să fie totdeauna îndreptate spre nevăzuta venire a lui Dumnezeu în sufletul tău. Însă să ştii că Dumnezeu nu îl va cerceta, dacă nu îl va afla însingurat în sine însuşi. Dumnezeu voieşte ca el să fie însingurat în sine, adică să fie fără de orice gânduri, pe cât îi este cu putinţă; fără de orice dorinţe, şi mai ales fără de voia sa proprie. În ceea ce priveşte aceasta din urmă, nu trebuie ca tu însuţi, cu de la sine putere şi fără chibzuială, să iei asupra ta nişte nevoinţe aspre şi privaţiuni după voia ta, nici să cauţi ocazii de a pătimi pentru dragostea lui Dumnezeu, urmând numai sugestiilor voii tale proprii. Pentru acestea trebuie să ceri sfatul părintelui tău duhovnicesc, care te călăuzeşte pe tine ca un înlocuitor al lui Dumnezeu. Pe el să-l asculţi întru toate, iar Dumnezeu prin mijlocirea sa va îndrepta cu adevărat voia ta către ceea ce El Însuşi voieşte şi socoteşte a fi de folos pentru tine. Să nu faci niciodată nimic numai după voia ta, ci Dumnezeu Însuşi să lucreze

în tine doar ceea ce El voieşte de la tine. Voia ta să fie totdeauna liberă de tine însuţi, adică tu însuţi să nu voieşti nimic, iar dacă doreşti, voia ta să fie în aşa fel încât, chiar dacă s-ar întâmpla ceea ce voieşti sau nu, sau chiar dacă s-ar întâmpla ceva potrivnic voii tale, tu să nu te scârbeşti deloc, ci să fii liniştit cu duhul, ca şi cum nu ai fi voit nimic nicidecum.

Această stare este adevărata libertate şi însingurare a inimii, căci atunci ea nu este încătuşată nici de minte, nici de voie în privinţa vreunui lucru. Dacă astfel vei pune înaintea lui Dumnezeu sufletul tău golit, slobod şi însingurat în sine, vei vedea ce lucrări minunate va binevoi El să săvârşească în acesta. Însă cel mai însemnat lucru este că te va umbri cu dumnezeiasca pace, care este un dar care se va face în tine vas de primire al tuturor celorlalte daruri, după cum spune marele Grigorie al Tesalonicului în cuvântul către monahia Xenia. O, minunată însingurare, tainică vistierie a Celui Preaînalt, singura în care binevoieşte a asculta vorbele tale către El şi să stea de vorbă El Însuşi cu inima sufletului tău! O, pustie şi singurătate care s-a făcut rai! Fiindcă numai întru ea îngăduie Dumnezeu a-L vedea şi a vorbi cu El. *Mergând mai aproape voi vedea ce este vederea aceasta mare* (Ieş. 3, 3), zicea Moise când se afla în pustiul Sinaiului cel sărac în ceea ce priveşte cele ale simţurilor, însă bogat în contemplaţii ale minţii. Dacă şi tu voieşti să te învredniceşti de acestea, păşeşte desculţ în acest loc, căci pământul acesta este sfânt. Descalţă mai întâi picioarele tale, adică dispoziţiile sufletului tău, ca ele să rămână goale şi slobode de orice lucru pământesc. Să nu porţi nici traistă, nici toiag în calea aceasta, precum a poruncit Domnul ucenicilor Săi (vezi Lc. 10, 4). De acum nu trebuie să mai doreşti nimic de la lumea aceasta şi pe nimeni să nu mai saluţi în cale,

după cum Elisei a poruncit slugii sale, iar Domnul a zis ucenicilor Săi, îndreptând tot gândul tău, toată dispoziţia şi toată dragostea numai către Dumnezeu, iar nu spre oarecare zidiri. *Lasă morţii să-şi îngroape morţii lor* (Mat. 9, 22), iar tu mergi singur în pământul celor vii şi fie ca moartea să nu aibă parte în tine.

CAPITOLUL 19

Despre înţelepciunea cuvenită în privinţa faptelor iubirii pentru cei de aproape, pentru a ne păstra pacea sufletească

Domnul a zis în Evanghelie că El a venit să arunce focul dragostei pe pământul inimii noastre şi că mult doreşte ca acest foc să fie aprins cât mai repede (vezi Lc. 12, 49). Dragostea pentru Dumnezeu nu are măsură, după cum Dumnezeu, Cel iubit, este nemărginit şi fără de hotar. Dar dragostea pentru aproapele trebuie să aibă măsură şi hotar. Dacă nu o vei ţine în hotarele cuvenite, ea poate să te îndepărteze de la dragostea pentru Dumnezeu, să-ţi aducă mare pagubă şi să te ducă la pierzare. Cu adevărat trebuie să-ţi iubeşti aproapele, dar în aşa fel încât să nu-ţi pricinuieşti rău prin aceasta. Fă-ţi toate lucrurile în simplitate şi sfinţenie, neavând în vedere nimic altceva, decât să fii bineplăcut lui Dumnezeu, iar aceasta te va păzi pe tine de orice pas greşit în privinţa faptelor dragostei pentru cei de aproape.

În aceste fapte cel mai important este să ajuţi la mântuirea celor de aproape. Dar aici adeseori se amestecă râvna nechibzuită, care nu aduce nimic altceva decât pagubă celor de aproape şi ţie însuţi. Dă pildă de credinţă sinceră şi viaţă plăcută lui Dumnezeu şi vei fi bună mireasmă a lui Hristos, asemenea apostolilor,

atrăgându-i pe toţi spre a-I urma Lui. Dar nu-i plictisi pe toţi de-a valma cu cuvintele tale, căci prin aceasta nu vei reuşi decât să îţi pierzi pacea atât cu cei din jur, cât şi singur cu tine însuţi. Să ai râvnă aprinsă şi dorinţă tare ca toţi să cunoască adevărul tot atât de desăvârşit pe cât îl cunoşti şi tu, şi să fie îmbătaţi cu acest vin pe care Dumnezeu l-a făgăduit şi pe care El îl dă acum tuturor fără de preţ (Is. 55, 1); o astfel de sete pentru mântuirea aproapelui să ai întotdeauna. Dar se cuvine ca ea să izvorască din dragostea pentru Dumnezeu şi nu din râvnă nechibzuită. Dumnezeu Însuşi va sădi o astfel de dragoste pentru fraţi în sufletul tău după ce vei renunţa la toate, iar la vremea Sa va veni să adune roadele de la tine. Dar tu cu de la tine putere să nu semeni nimic, ci să-i aduci lui Dumnezeu pământul inimii tale, curăţit de orice spini şi mărăcini, iar Domnul va semăna în el sămânţa după cum va voi. Iar această sămânţă va aduce rod la vremea ei.

Aminteşte-ţi întotdeauna că Dumnezeu vrea să vadă sufletul tău înstrăinat de toate, pentru a-l uni cu El. Lasă-L să lucreze în tine şi nu-L împiedica cu amestecul voii tale. Să nu faci nici un plan pentru tine însuţi, în afară de acela de a fi bineplăcut lui Dumnezeu întotdeauna, prin supunerea faţă de voia Lui. Iată că Stăpânul casei a ieşit acum şi caută lucrători pentru via Sa, după pilda Evangheliei. Lasă deoparte orice grijă şi orice gând, slobozeşte-te de orice purtare de grijă pentru tine şi de orice împătimire pentru vreun lucru vremelnic, iar Dumnezeu te va îmbrăca în El Însuşi şi îţi va da ceea ce tu nici nu poţi gândi vreodată. Pe cât îţi stă în putinţă, să uiţi cu totul de tine, iar în sufletul tău să vieze numai dragostea pentru Dumnezeu.

Pe lângă acestea, se cuvine să-ţi domoleşti cu băgare de seamă fierbinţeala râvnei ce o ai pentru

ceilalţi, pentru ca Dumnezeu să te păzească în pace şi linişte sufletească. Ia aminte să nu sufere sufletul tău vreo pagubă în avuţia sa cea mai însemnată, în pacea inimii, din pricina grijilor nechibzuite pentru folosul altora. Izvorul de unde te poţi îmbogăţi cu această avuţie este supunerea deplină a sufletului tău faţă de Dumnezeu împreună cu renunţarea la toate. Iar aceasta să o faci fără să aştepţi răsplată şi niciodată să nu te gândeşti că faci ceva vrednic de aceasta. Dumnezeu este cel ce lucrează în toate, iar de la tine El nu doreşte nimic altceva, decât să te smereşti înaintea Sa şi să-I încredinţezi sufletul tău slobod de orice lucru pământesc şi având în adâncul inimii o singură dorinţă: de a se împlini în tine întru toate şi prin toate voia lui Dumnezeu.

CAPITOLUL 20

Lepădând voia sa, sufletul trebuie să se predea pe sine lui Dumnezeu

Nădăjduieşte, frate, în Dumnezeu, Care îi cheamă pe toţi, zicând: *Veniţi către Mine toţi cei osteniţi şi împovăraţi şi Eu vă voi odihni pe voi* (Mat. 11, 28), şi urmează acestei chemări, aşteptând în acelaşi timp venirea Sfântului Duh. Cu ochii închişi aruncă-te în marea dumnezeieştii Lui pronii şi bunăvoiri, pentru ca puternicele valuri ale voii lui Dumnezeu să te poarte ca pe un lucru neînsufleţit, fără de nici o împotrivire din partea voii tale, şi să te ducă astfel mai repede la limanul mântuirii şi desăvârşirii creştine. Făcând aceasta de mai multe ori pe zi, să te sârguieşti în orice chip, cât mai mult cu putinţă, să te însingurezi atât înăuntru cât şi în afară, pentru ca să te dedici cu toate puterile sufletului tău acelor lucrări care au o putere deosebită să stârnească în tine iubirea pentru Dumnezeu, precum: rugăciunea,

neîncetata chemare a preadulcelui nume a Domnului şi Mântuitorului nostru, lacrimile vărsate din dragoste pentru El, fierbintea şi îmbucurătoarea evlavie faţă de El şi alte îndeletniciri duhovniceşti. Însă aceste lucrări să se săvârşească în tine fără de constrângeri şi sforţări ale inimii tale, ca să nu te istoveşti prin nevoinţe silite fără de socoteală şi să nu devii aspru şi neputincios spre primirea înrâuririi harului. Pentru aceasta înarmează-te cu sfaturile celor iscusiţi şi, îndeplinindu-le, caută să te obişnuieşti a rămâne întotdeauna în contemplarea sfinţeniei lui Dumnezeu şi a nenumăratelor sale binefaceri, primind cu smerenie preadulcile picături ce se vor pogorî în sufletul tău dintru negrăita Sa bunătate.

Totuşi, nu-L supăra pe Dumnezeu cerând astfel de arătări ale bunăvoirii Sale faţă de tine, ci stai smerit în însingurarea ta dinăuntru, aşteptând să se împlinească voia lui Dumnezeu cu tine. Iar când Acela ţi le va da, fără de încordările tale peste măsură, atunci vei vedea cât sunt de dulci şi de roditoare. Cheia cu care se deschid tainicele vistierii ale darurilor duhovniceşti ale cunoştinţei şi dragostei dumnezeieşti este smerenia, lepădarea de sine şi lăsarea în mâinile lui Dumnezeu în toată vremea şi în tot lucrul. Şi tot cu această cheie se închide şi uşa necunoştinţei şi a răcelii duhovniceşti.

Iubeşte, cât poţi, a sta în tăcere cu Maria la picioarele lui Hristos şi ia aminte ce spune El sufletului tău. Ai grijă ca nu cumva vrăjmaşii tăi, dintre care cel mai mare eşti chiar tu însuţi, să nu împiedice această stare sfântă a ta în tăcere înaintea Domnului. Iar când cauţi să-L afli pe Dumnezeu cu mintea, ca să te odihneşti întru Dânsul, să nu-I atribui locuri şi margini cu închipuirea ta cea neputincioasă şi îngustă, căci El este nemărginit şi Se află pretutindenea şi întru toate, sau, mai degrabă, toate lucrurile se află într-Însul. Pe El Îl vei

afla înăuntrul tău, în sufletul tău, de fiecare dată când Îl vei căuta cu adevărat. Dumnezeu Însuşi doreşte să fie cu noi, fiii oamenilor, pentru a ne face vrednici de El, deşi nu are nici o trebuinţă de la noi.

Când citeşti dumnezeieştile Scripturi, să nu ai în vedere doar să citeşti filă după filă, ci pătrunde cu cugetarea fiecare cuvânt şi, atunci când unele cuvinte te vor face să te adânceşti în sine sau vor trezi în tine mişcări de căinţă, sau vor umple inima ta de bucurie duhovnicească şi dragoste, opreşte-te la ele. Prin acelea Dumnezeu se apropie de tine, deci primeşte-L smerit cu inimă deschisă, aşa precum El Însuşi doreşte să te împărtăşeşti de El. Dacă din această pricină nu-ţi vei duce la sfârşit acea lucrare duhovnicească (adică cititul), nu te tulbura pentru aceasta, căci ţelul tuturor nevoinţelor duhovniceşti este să te învredniceşti de împărtăşirea cu Dumnezeu, iar când aceasta este dăruită, nu are rost să mai zăboveşti la mijloacele care duc la ea. Asemenea şi atunci când cugeţi la un anume subiect dumnezeiesc, mai ales asupra vreunui moment al pătimirii Domnului nostru Hristos care îţi aduce umilinţă, opreşte-te şi rămâi cu atenţia mai multă vreme la el, ca să prelungeşti simţământul acesta sfânt.

Una din marile piedici în păstrarea păcii dinăuntru este să te legi pe tine, ca şi cu o lege de neschimbat, cu hotărârea de a citi în fiecare zi atâtea catisme din Psaltire, atâtea capitole din Evanghelii sau din Epistolele apostolilor. Cei care îşi hotărăsc lor asemenea pravile se grăbesc de obicei să citească tot, neîngrijindu-se dacă inima le este mişcată de cele citite şi dacă în mintea lor se nasc sau nu gânduri duhovniceşti şi contemplaţii. Iar când nu reuşesc să citească tot, se tulbură şi se îngrijorează nu pentru că s-au lipsit de roadele duhovniceşti ale celor citite, spre zidirea omului lor

lăuntric, ci pentru că nu au citit tot. Ascultă ce spune despre aceasta Cuviosul Isaac: „Dacă voieşti să te desfătezi în stihurile slujbei tale şi să pricepi înţelesul cuvintelor Duhului rostite de tine, lasă deoparte cantitatea şi măsura stihurilor, pentru ca mintea ta să se adâncească în cercetarea cuvintelor Duhului, până când sufletul tău, uimit de taina iconomiei lui Dumnezeu, se va trezi spre înaltele lor înţelesuri şi prin aceasta se va mişca fie spre slăvire, fie spre întristarea cea de folos pentru suflet. În lucrarea robului nu este pacea minţii, iar tulburarea are obiceiul să fure gustul înţelegerii şi al priceperii şi să prade gândurile asemenea unei lipitori ce suge viaţa trupurilor odată cu sângele mădularelor lor".

Dacă doreşti cu adevărat să parcurgi în chip virtuos drumul vieţii acesteia, să nu ai alt scop decât acela de a afla pe Dumnezeu, oriunde ar binevoi El să ţi Se arate. Iar atunci când te vei învrednici de aceasta, să curmi orice altă lucrare şi să nu mergi mai departe în ea, să uiţi toate celelalte şi să te odihneşti numai în Dumnezeul tău. Iar când Lui Îi va fi bineplăcut să Se retragă de la tine şi să înceteze a-Şi mai arăta apropierea Sa faţă de tine, atunci poţi iarăşi să te întorci la nevoinţele tale duhovniceşti obişnuite şi să le continui, având în vedere acelaşi scop, adică să găseşti prin ele pe Cel iubit al tău, pentru ca, aflându-L, să procedezi tot aşa precum am spus mai sus, adică să curmi lucrarea pe care o făceai, pentru a te odihni numai întru El. Ia seama bine de cele ce ţi-am spus, pentru că sunt mulţi oameni duhovniceşti care se lipsesc de roadele mântuitoare ale păcii, date de lucrările lor duhovniceşti, prin aceea că stăruie în ele, părându-li-se că suferă pagubă dacă nu le duc până la capăt, având credinţa falsă, bineînţeles, că în aceasta constă desăvârşirea duhovnicească. Urmând astfel voii lor, ei mult se ostenesc şi se chinuiesc pe sine, dar nu dobândesc

odihna adevărată şi pacea lăuntrică, întru care cu adevărat locuieşte şi Se odihneşte Dumnezeu.

CAPITOLUL 21

Nu căuta plăceri şi desfătări, ci numai pe Dumnezeu

Alege întotdeauna ce este greu şi dureros şi nu iubi plăcerile şi distracţiile, care nu aduc nici un folos sufletului. Să iubeşti să fii sub supunere şi a atârna de voia altora. Orice lucrare să fie pentru tine un pas care să te apropie de Dumnezeu şi nici o lucrare să nu-ţi fie piedică pe această cale. Aceasta trebuie să fie bucuria ta: ca numai Dumnezeu să fie cea mai dulce mângâiere a ta, iar orice altceva amărăciune. Orice greutate a ta afierosește-o lui Dumnezeu. Să-L iubeşti şi să-I predai toată inima ta fără a mai sta deloc pe gânduri sau a te teme. Iar El va afla chip să-ţi dezlege toate nedumeririle tale şi să te ridice, dacă ai căzut. Într-un cuvânt, dacă-L iubeşti pe Dumnezeu, vei primi de la El tot binele. Încredinţează-te pe tine cu totul jertfă lui Dumnezeu, în pace şi în liniştea duhului.

Iar pentru a umbla mai bine în această călătorie, fără oboseală şi tulburare, pune voia ta în voia lui Dumnezeu. Cu cât mai deplin o vei pune astfel, nelăsând nimic pentru tine, cu atât mai mult vei dobândi putere şi mângâiere. Voia ta să fie astfel pusă în acord cu voia lui Dumnezeu încât să doreşti numai ceea ce Dumnezeu doreşte, şi să nu doreşti nimic din ceea ce Dumnezeu nu doreşte. Întotdeauna, la orice faptă a ta, reînnoieşte-ţi intenţia şi hotărârea sufletului tău de a fi plăcut întru toate lui Dumnezeu. Nu-ţi făuri planuri pentru viitor, căci nu ştii *ce va naşte ziua viitoare* (Pild. 27, 1); ci rămâi nelegat de nimic şi liber. Totuşi aceasta nu opreşte pe nimeni să se îngrijească cu înţeleaptă purtare de grijă

şi sârguinţă de cele ce îi sunt de trebuinţă, după starea şi rânduiala sa, căci această purtare de grijă este după voia lui Dumnezeu şi nu împiedică pacea dinăuntru şi sporirea duhovnicească. În orice lucrare fii hotărât să faci tot ceea ce poţi, tot ceea ce se cuvine şi eşti dator a face, însă fii fără grijă în privinţa oricărui alt lucru şi supune-te cu smerenie consecinţelor exterioare ce decurg din aceasta.

Ceea ce poţi face întotdeauna este să-I aduci jertfă lui Dumnezeu voia ta; şi nimic mai mult decât aceasta să nu doreşti. Astfel, fiind totdeauna liber şi nefiind legat de nimic din nici o parte, te vei bucura întotdeauna şi vei fi în pace înăuntrul tău. În această libertate a duhului constă acel mare bine despre care auzi în scrierile sfinţilor. Aceasta nu este nimic altceva decât o şedere întărită a omului dinăuntru în el însuşi, fără a avea dorinţa să iasă pentru a căuta ceva în afara sa. Şi în toată vremea în care te vei menţine într-o asemenea libertate, te vei împărtăşi de acea bucurie dumnezeiască şi negrăită, care este nedespărţită de Împărăţia lui Dumnezeu, cea sălăşluită întru noi, precum a zis Domnul: *Căci iată, împărăţia lui Dumnezeu înăuntrul vostru este* (Lc. 17, 21).

CAPITOLUL 22

Nu te împuţina la suflet atunci când pacea lăuntrică se retrage sau se curmă

Celor ce merg pe calea lui Dumnezeu li se întâmplă adeseori să treacă prin momente când pacea sfântă, dulcea însingurare lăuntrică şi iubita libertate se retrag şi se curmă, iar câteodată de la mişcările inimii se ridică înăuntru atâta praf, încât nu mai văd calea pe care trebuie să meargă. Când şi ţie ţi se întâmplă să pătimeşti ceva asemănător, să ştii că Dumnezeu a îngăduit-o pentru

binele tău. Acesta este acel război pentru care sfinții lui Dumnezeu au fost răsplătiți cu cununi strălucitoare. Deci rezistă cu bărbăție, aducându-ți aminte de aceasta când întâlnești vreo ispită. Și precum în vremea oricărei alte tulburări, ridică-ți privirea către Domnul și vorbește-I din inimă: „Doamne Dumnezeul meu! Ia aminte la robul Tău și facă-se întru mine voia Ta. Știu și mărturisesc că adevărul cuvintelor Tale este neclintit și făgăduințele Tale sunt nemincinoase. Iar eu nădăjduind în ele, stau neclintit pe calea Ta". Binecuvântat este acel suflet care se predă pe sine întru acest chip Domnului de fiecare dată când trece prin tulburări și greutăți! Iar dacă, cu toate acestea, războiul stăruie cu îndârjire, și tu nu poți așa de repede pe cât ai dori să-ți pui în acord și să-ți unești voia ta cu voia lui Dumnezeu, nu te scârbi și nu te împuțina la suflet pentru aceasta, ci continuă să te predai pe tine lui Dumnezeu și să te pleci cu dragă inimă înaintea hotărârilor Lui, și prin aceasta vei dobândi biruința. Privește ce fel de război a purtat Domnul nostru Iisus Hristos în grădina Ghetsimani, atunci când firea Sa omenească, la început înspăimântată de acel pahar, a strigat: *Părinte, de este cu putință, treacă de la Mine paharul acesta*; însă după aceea, venindu-Și în sine și încredințându-Și sufletul Său în mâinile lui Dumnezeu, cu deplină și liberă voință și în cea mai adâncă smerenie a rostit: *Însă nu precum Eu voiesc, ci precum Tu* (Mat. 26, 39).

Când vei trece prin greutăți, să nu faci nici un pas fără să-ți înalți mai întâi ochii tăi la Cel răstignit pe Cruce, la Domnul Hristos. Acolo vei vedea scris cu litere mari cum trebuie să te comporți și tu atunci când vei trece prin astfel de dureri. Copiază aceasta de acolo pentru tine însuți, dar nu cu litere, ci cu faptele tale, și anume: când vei simți atacurile iubirii de sine și ale

cruțării de sine, nu lua aminte la ele și nu coborî descurajat de pe cruce, ci aleargă la rugăciune și rabdă cu smerenie, străduindu-te să-ți înfrângi voința și să dorești cu putere să se facă cu tine voia lui Dumnezeu. Dacă cu astfel de roadă te vei desprinde de rugăciune, bucură-te și te veselește. Iar dacă nu ajungi la aceasta, sufletul tău va rămâne flămând, fără să fi gustat hrana sa firească. Nevoiește-te ca nimic altceva să nu locuiască în sufletul tău, nici măcar cât de puțină vreme, în afară de singur Dumnezeu. Să nu te mâhnești și nici să te amărăști pentru nimic. Nu-ți întoarce ochii tăi spre vicleniile altora și spre pildele lor rele, ci să fii ca un copil mic, care, pentru nevinovăția sa, nu le observă și le ocolește fără de vătămare.

CAPITOLUL 23

Multe sunt uneltirile vrăjmașului pentru a ne răpi pacea lăuntrică. Păzește-te

Vrăjmașul nostru, diavolul, se bucură când sufletul se tulbură și inima este neliniștită. De aceea el folosește tot felul de viclenii pentru a tulbura sufletele noastre. Mai înainte de toate el încearcă să trezească iubirea de sine, pentru ca din pricina acesteia să se retragă harul, cel ce zidește și păzește pacea lăuntrică. Pentru aceasta el ne sugerează părerea că tot ce este și ni se pare nouă că este bun în noi a fost dobândit prin strădania și osteneala noastră și, alungând smerenia și simplitatea, ne face să ne dăm un mai mare preț și o mai mare greutate, și să ne simțim mai importanți, acoperind cu uitarea lucrarea harului lui Dumnezeu, fără de care nimeni nu poate nici măcar numele Domnului să-l cheme, după cum mărturisește Sfântul Apostol Pavel, zicând: *nimeni nu poate a numi pe Domnul Iisus, fără numai întru*

Duhul Sfânt (I Cor. 12, 3). Acest har este dăruit tuturor credincioşilor şi prezenţa lui constituie un semn că cineva este cu adevărat credincios. Primindu-l, credinciosul nu mai face de acum şi nici nu poate face nimic cu adevărat bun fără ajutorul său. Şi harul este întotdeauna cu el, după cum Domnul a făgăduit, iar vrăjmaşul nu poate să-i facă nimic atâta vreme cât harul este în el şi îl umbreşte. Deci vrăjmaşul se sileşte în orice chip să îndepărteze harul şi primul lucru pe care îl face este, după cum am spus, să sugereze omului preţuirea de sine sau simţământul că noi nu suntem chiar nimic, ci suntem ceva, şi încă ceva nu lipsit de însemnătate.

Apoi, celui ce primeşte această sugestie, vrăjmaşul îi propune o nouă părere, care constă în convingerea că el este mai bun decât alţii, mai râvnitor şi mai bogat în fapte bune. Reuşind să sădească o astfel de părere, vrăjmaşul îl mână mai departe spre osândirea şi dispreţuirea celorlalţi, care sunt urmate neapărat de mândrie. Toate acestea pot avea loc în inimă într-o singură clipă; însă chiar şi aşa, harul îndată îşi micşorează lucrarea, iar ca urmare apar neatenţia la sine, slăbirea râvnei, ivirea unor gânduri deşarte la început, după care pătimaşe, şi mai departe mişcările patimilor însele, de care nu poate fi despărţită tulburarea din inimă. Astfel pacea lăuntrică este pierdută. Aceasta este o stare de moment şi dacă cel afectat de ea se dezmeticeşte, atunci el îşi vine în sine, se căieşte şi prin rugăciune îşi restatorniceşte starea lui lăuntrică obişnuită. Vrăjmaşul este alungat, dar el nu se descurajează, ci iarăşi şi iarăşi vine cu aceleaşi sugestii şi cu acelaşi ţel – să strice pacea lăuntrică.

Cunoscând acestea, fratele meu, pune împotriva strădaniilor vrăjmaşului paza veghetoare asupra ta, după cuvântul Domnului: *Privegheaţi şi vă rugaţi, ca să nu intraţi în ispită* (Mat. 26, 41). Ia aminte la tine cu toată

silința, pentru ca vrăjmașul să nu se furișeze și să te prade, lipsindu-te de această mare comoară care este pacea lăuntrică și liniștea sufletească. Vrăjmașul încearcă să distrugă pacea sufletească, căci știe că atunci când sufletul este în tulburare, lui îi este mai la îndemână să-l îndrepte spre ceva mai rău. Deci tu păzește-ți pacea ta, știind că atunci când sufletul este pașnic, vrăjmașul nu poate ajunge la el. Atunci sufletul este gata de orice lucru bun și îl va săvârși cu bucurie și fără osteneală, biruind cu ușurință toate piedicile din cale. Pentru a reuși mai bine în aceasta, străduiește-te să întrevezi apropierea vrăjmașului. Apropierea vrăjmașului este gândul de bizuire pe sine. Pune-ți ție drept lege: orice gând care micșorează în tine convingerea că tot binele este de la Dumnezeu, că fără ajutorul harului Său tu nu poți spori întru nimic, și că din această pricină trebuie să-ți pui toată nădejdea numai în El – orice astfel de gând trebuie să-l consideri ca provenind în mod arătat de la vrăjmaș și, ca atare, să-l respingi cu mânie și să-l alungi până dispare cu totul. Lucrarea Duhului Sfânt în noi este să conducă sufletele noastre în orice împrejurare spre unirea cu Dumnezeu, aprinzând în ele dragostea cea mai dulce pentru El, încrederea binecuvântată și credința neclintită în El; iar ce este potrivnic acesteia este lucrarea vrăjmașului.

El folosește toate mijloacele și metodele pe care le poate născoci pentru a tulbura sufletul; vâră în inimă temeri exagerate, crește slăbiciunea sufletului și nu-l lasă să păstreze stările cuvenite și să se îndulcească cum trebuie nici la mărturisire, nici la Sfânta Împărtășire, nici la rugăciune, ci îl face să treacă prin toate acestea nu cu îndrăzneală smerită și dragoste, ci cu frică și cu tulburare. El face ca sufletul să primească cu amărăciune lipsită de nădejde sărăcirea simțământului de cucernicie

şi lipsa dulceţii lăuntrice, care adeseori se întâmplă în vremea rugăciunii şi a altor nevoinţe duhovniceşti. El îi sugerează că această sărăcire a fost îngăduită de Dumnezeu nu pentru binele său, şi că toate ostenelile sale nu duc la nimic şi că ar fi mai bine să le abandoneze de tot. Prin aceasta îl duce în cele din urmă la atât de mare tulburare şi deznădejde, încât sufletul începe să creadă cu adevărat că orice ar face este fără de folos şi lipsit de roade şi că Dumnezeu l-a uitat desăvârşit şi l-a părăsit.

Dar aceasta este o minciună evidentă. Chiar dacă sufletul ar suferi uscăciune şi sărăcire a simţământului de cucernicie şi a dulceţii duhovniceşti, însă, în pofida acestui fapt, el poate face tot felul de fapte bune, urmând simplei credinţe şi înarmându-se cu sfânta răbdare şi statornicie. Totuşi, ca să înţelegi mai bine aceasta şi ca să nu ţi se facă pricină de vătămare atunci când lui Dumnezeu Îi va fi bineplăcut ca pentru folosul tău să îngăduie sau să îţi trimită o astfel de împuţinare a simţământului duhovnicesc şi a dulceţii, îţi voi prezenta în următorul capitol ce fel de bunătăţi izvorăsc din smerita răbdare pe care o va arăta cineva în vremea uscăciunii şi răcelii inimii, ca să te înveţi să nu-ţi pierzi pacea duhovnicească şi să nu fii cuprins de tristeţe atunci când ţi se va întâmpla să pătimeşti aceasta sau o altă oarecare năvală tulburătoare a gândurilor şi mişcărilor pătimaşe.

CAPITOLUL 24

Nu trebuie să te tulburi pentru sărăcirea simţămintelor duhovniceşti şi pentru alte ispite lăuntrice

Deşi în capitolul al şaptelea am vorbit deja despre uscăciunea şi răcirea inimii şi despre amărăciunea pe

care o resimte sufletul din această pricină, totuşi acum voi mai adăuga ceva ce nu am spus acolo, şi anume că multe foloase aduc sufletului această amărăciune şi această uscăciune duhovnicească, sau sărăcire a bucuriei şi dulceţii duhovniceşti, atunci când le primim şi le îndurăm cu smerenie şi răbdare. Iar dacă omul ar şti dinainte acest folos, atunci fără îndoială că nu s-ar simţi împovărat şi nu s-ar amărî când i s-ar întâmpla să pătimească o astfel de stare. Căci atunci el nu ar socoti această amară sărăcire a mângâierilor duhovniceşti lăuntrice ca pe un semn al nemulţumirii lui Dumnezeu, ci ar vedea în ea lucrarea dragostei deosebite a lui Dumnezeu faţă de el şi ar primi-o cu bucurie ca pe o mare milă dumnezeiască.

Încă nu este străin de mângâiere nici faptul că asemenea stări sunt încercate mai ales de aceia care se predau cu râvnă deosebită slujirii lui Dumnezeu şi cu deosebită atenţie se străduiesc să evite tot ce L-ar putea supăra. Ei încearcă aceste stări nu la începutul întoarcerii lor către Dumnezeu, ci după ce au lucrat îndeajuns pentru El, după ce şi-au curăţit inima lor îndestul cu sfânta rugăciune şi cu căinţa, când au simţit o oarecare dulceaţă, fierbinţeală şi bucurie duhovnicească, şi, ca urmare, au hotărât să se predea pe sine în întregime lui Dumnezeu şi deja au început această lucrare. Şi nu îi vedem pe păcătoşi şi pe cei dedaţi la deşertăciunile vieţii şi ale lumii că pătimesc ceva de felul acesta şi că sunt supuşi unor asemenea ispite.

Din aceasta se vede limpede că această amărăciune este o cinstită şi scumpă masă la care Dumnezeu îi cheamă şi îi ospătează pe cei pe care îi iubeşte. Şi chiar dacă ea nu este atât de plăcută în vremea gustării, însă ne aduce mult folos, deşi aceasta nu se vede atunci când mâncăm. Căci sufletul, aflându-se într-o astfel de stare

de uscăciune, gustând această amărăciune şi pătimind de pe urma unor asemenea ispite şi gânduri, a cărora şi numai amintirea ne face să tremurăm, otrăveşte inima şi aproape omoară cu totul omul dinăuntru. Dar în acest chip sufletul se învaţă să nu se încreadă în sine şi să nu se bizuiască pe buna sa stare. El dobândeşte astfel adevărata smerenie, pe care Dumnezeu o doreşte atât de mult de la noi, şi pe lângă aceasta se însufleţeşte a căuta o mai fierbinte dragoste pentru Dumnezeu, o mai amănunţită atenţie la gândurile proprii şi un mai puternic curaj pentru a îndura asemenea ispite nevătămat. Astfel el iese din această luptă cu *simţurile învăţate să deosebească binele şi răul*, precum a zis Apostolul Pavel (Evr. 5, 14), deşi, repet, nevăzând la început aceste roade bune ascunse, se tulbură şi fuge de acea amărăciune, de vreme ce nu doreşte nici măcar puţină vreme să rămână lipsit de împărtăşirea mângâierilor duhovniceşti, fără de care orice nevoinţă duhovnicească o consideră vreme irosită în zadar şi osteneală fără de folos.

CAPITOLUL 25

Toate ispitele ne sunt date spre folosul nostru

Ca să înţelegi mai bine că toate ispitele îndeobşte ne sunt trimise de la Dumnezeu spre folosul nostru, ia aminte la cele ce am să spun. Omul, potrivit înclinării firii lui stricate, este mândru, iubitor de slavă, iubeşte să se etaleze pe sine, îşi apără cu îndărătnicie părerile şi hotărârile sale şi voieşte totdeauna a i se da de către toţi o înaltă preţuire, mult mai înaltă decât i se cuvine de fapt. Iar această preţuire şi această părere sunt atât de primejdioase pentru sporirea lui duhovnicească, încât numai simpla umbră a lor este de ajuns ca să nu-i îngăduie omului a atinge adevărata desăvârşire. De

aceea, Tatăl nostru cel Ceresc, Iubitorul de oameni, dinainte îngrijindu-se cu înţelepciune pentru fiecare dintre noi, şi îndeosebi pentru cei care s-au predat pe sine cu sinceritate slujirii Lui, prin ispitele pe care le lasă să vină asupra noastră ne aduce într-o stare în care să putem scăpa cu uşurinţă din primejdia înfricoşătoare a acestei preţuiri de sine, şi aproape siliţi să venim întru adevărata şi smerita cunoştinţă de sine. Astfel a făcut El cu Sfântul Apostol Petru, pe care l-a lăsat a se lepăda de Dânsul de trei ori, ca aşa să-şi poată recunoaşte neputinţa sa şi să nu se mai încreadă în sine. Iar Sfântului Apostol Pavel, după ce l-a răpit până la al treilea Cer şi i-a descoperit negrăitele Sale taine dumnezeieşti, i-a dat o ispită obositoare şi chinuitoare, pentru ca el, purtând asupra sa o astfel de dovadă a slăbiciunii şi nimicniciei sale, să sporească în smerenie şi să se laude doar cu neputinţele sale, şi pentru ca mărimea descoperirilor de care s-a învrednicit de la Dumnezeu să nu-l facă să se înalţe pe sine, precum mărturiseşte el însuşi: *Ca să nu mă înalţ pentru mulţimea descoperirilor, datu-mi-s-a mie un ghimpe în trup, un înger al satanei, ca să mă bată peste obraz, ca să nu mă înalţ* (II Cor. 12, 7).

Deci, Dumnezeu, mişcat de milă faţă de această nefericită şi nelegiuită înclinaţie a noastră (de a gândi totdeauna înalt despre sine), lasă să vină asupra noastră felurite ispite, care uneori sunt foarte grele, pentru ca noi, cunoscându-ne slăbiciunea noastră, să ne smerim. Prin aceasta Dumnezeu îşi arată atât bunătatea cât şi înţelepciunea Sa, fiindcă prin ceea ce pare mai vătămător ne aduce cel mai mare folos, căci ne smereşte, iar smerenia este ceea ce este mai de trebuinţă şi mai de folos pentru sufletul nostru.

Astfel, dacă toate ispitele ni se dau pentru deprinderea smereniei, urmează că şi robul lui Dumnezeu care

simte în inima sa stările amare zise mai sus – uscăciunea, lipsa de gust duhovnicesc, secătuirea mângâierilor duhovniceşti –, pătimeşte acestea pentru a se învăţa să se smerească, gândindu-se că acestea îi vin lui pentru păcatele sale şi că nu este cu putinţă să mai fie cineva care să aibă sufletul atât de lipsit de toate precum el, şi care să slujească lui Dumnezeu cu atâta răceală ca aceea a sufletului său, şi că astfel de stări nu vin decât asupra acelora pe care Dumnezeu îi părăseşte, şi prin urmare şi el este părăsit şi încă părăsit după cum merită.

Din aceste smerite gânduri se naşte următorul bine: că acela care mai înainte gândea despre sine că el este ceva, şi ceva foarte de seamă, acum, prin această amară doctorie trimisă lui dintru înălţime, începe să cugete că este omul cel mai păcătos din lume şi că este nevrednic chiar şi de numele de creştin. Şi, cu adevărat, niciodată nu ar fi ajuns la o atât de umilă părere despre sine, nici într-o atât de adâncă smerenie, de nu l-ar fi silit la aceasta acele ispite deosebite, acea mare durere şi amărăciune a inimii. Deci, din această pricină, ele sunt o mare milă arătată de Dumnezeu în această viaţă sufletului care I se afieroseşte pe sine smerit, pentru ca Domnul să-l tămăduiască precum Îi este bineplăcut, cu acele doctorii pe care numai El le ştie desăvârşit şi le consideră necesare pentru însănătoşirea şi aducerea sa în bună stare.

În afară de aceste roade aduse în sufletul nostru de ispitele mai sus zise, prin sărăcirea mângâierilor duhovniceşti, mai sunt şi multe altele. Cel zdrobit de astfel de greutăţi lăuntrice este silit de nevoie să alerge cu osârdie la Dumnezeu pentru a cere ajutor grabnic de la El, lucrează cu strădanie tot ce consideră potrivit pentru tămăduirea durerii sufleteşti şi alungarea amărăciunii inimii, şi, pentru a putea scăpa în viitor de un asemenea

chin al sufletului, se hotărăşte cu tărie să meargă pe restul căii vieţii duhovniceşti cu toată atenţia la mişcările inimii, ferindu-se chiar şi de umbra păcatului şi de orice neglijenţă, oricât de mică, care ar putea să-l îndepărteze pe el de Dumnezeu şi pe Dumnezeu de el, în orice chip s-ar putea petrece aceasta.

Astfel, acea scârbă, pe care el o considera atât de potrivnică scopurilor sale şi vătămătoare, devine pentru el un imbold care îl sileşte să-L caute pe Dumnezeu cu mai multă fierbinţeală şi îl face să se îndepărteze cu mai multă râvnă de toate acelea pe care le găseşte nepotrivite cu voia lui Dumnezeu. Ca să zic pe scurt, toate scârbele şi chinurile pe care le suferă sufletul în vremea ispitelor dinăuntru şi a lipsirii desfătărilor şi îndulcirilor duhovniceşti nu sunt altceva decât o doctorie curăţitoare, prin care Dumnezeu îl curăţă, dacă le va suferi cu smerenie şi cu răbdare. Şi bineînţeles, pentru astfel de pătimitori răbdători, ele pregătesc o cunună care nu poate fi dobândită decât prin mijlocirea lor, o cunună cu atât mai slăvită, cu cât sunt mai dureroase chinurile inimii îndurate în vremea lor.

Dintru acestea se vede limpede că nu se cuvine să ne tulburăm şi să ne chinuim peste măsură nici pentru alte ispite ce ne vin din afară, nici pentru acestea dinăuntru, care le-am pomenit mai înainte, precum fac cei care au puţină experienţă în această privinţă şi ceea ce le vine de la Dumnezeu socotesc că le vine de la diavol, sau pentru păcatele şi nedesăvârşirile lor; semnele dragostei lui Dumnezeu le socotesc ca semnele mâniei Lui; facerile de bine şi darurile Lui le au ca pe nişte biciuiri şi lovituri venite asupra lor din supărarea Lui grozavă asupra lor; orice au făcut sau fac li se pare că este osteneală inutilă, fără de folos, şi că pierderea pe care au suferit-o este irecuperabilă. Căci dacă ar fi crezut

că de la asemenea ispite nu se produce nici o pagubă în dobândirea virtuţilor, ci, dimpotrivă, un mare spor, atunci când sufletul le primeşte cu smerenie şi le îndură cu mulţumire, şi dacă ar fi crezut că ele sunt orânduite de bunăvoinţa iubitoare a lui Dumnezeu faţă de ei, nu s-ar fi tulburat din cale afară şi nici nu şi-ar fi pierdut pacea inimii lor, din pricină că sunt supuşi unor astfel de ispite, că sunt încercaţi de gânduri necuviincioase şi ruşinoase şi se află bântuiţi de uscăciune şi reci în vremea rugăciunii şi a celorlalte nevoinţe duhovniceşti. Ci cu atât mai mult şi-ar fi smerit atunci sufletele lor înaintea lui Dumnezeu, şi ar fi hotărât în inimile lor să împlinească dumnezeiasca voie în orice lucru, căci numai în acest chip voieşte Dumnezeu ca să i se facă cineva bineplăcut în această lume, şi s-ar fi străduit să se păzească în pace şi liniştiţi, primind tot ce se întâmplă ca din mâna Tatălui Ceresc, de unde vine şi acest amar pahar pe care ei îl beau în vremea de acum. Căci chiar şi de la diavol de ar fi vreo ispită, sau de la oameni, sau din pricina păcatelor, totuşi ea este îngăduită de Dumnezeu şi este trimisă de El pentru binele nostru şi pentru preîntâmpinarea vreunei alte ispite mai mari.

CAPITOLUL 26

O doctorie împotriva tulburării provocate de unele mici greşeli şi slăbiciuni

Dacă ţi se întâmplă să cazi în vreo greşeală de iertat, cu lucrul sau cu cuvântul – adică de te vei tulbura pentru vreun lucru ce ţi s-a întâmplat, sau vei osândi, sau vei asculta cum osândesc alţii, sau te vei certa pentru ceva, sau de vei simţi o pornire de nerăbdare, de agitaţie şi de bănuială asupra altora, sau de vei neglija ceva –, nu se cuvine a te tulbura sau a te scârbi şi a te deznădăjdui

foarte tare, gândind la ceea ce ai făcut. Cu atât mai mult nu trebuie să adaugi la aceasta gânduri de întristare în privința ta – că poate nu te vei mai slobozi niciodată de asemenea slăbiciuni, sau că puterea voii tale de a sluji Domnului este slabă, sau că nu umbli după cum ar trebui pe calea lui Dumnezeu –, căci în fiecare situație de acest fel îți împovărezi sufletul tău cu mii de alte temeri provenite din împuținare de suflet și tristețe.

Căci ce urmează de aici? Aceea că te rușinezi a sta înaintea lui Dumnezeu cu îndrăzneală, de vreme ce nu I-ai fost credincios, și pierzi vremea cercetând cât timp ai zăbovit în fiecare greșeală, dacă te-ai învoit cu ea și ai dorit-o sau nu, de ai lepădat acel gând sau nu, și altele asemenea. Și, cu cât te chinui mai mult astfel, cu atât mai mult se mărește în tine neorânduiala duhului, tristețea și lipsa de dorință de a te mărturisi. Dar și când mergi la mărturisire, te mărturisești cu o frică tulburătoare, iar după mărturisire iarăși nu îți găsești odihna, căci ți se pare că nu ai spus totul. Și trăiești astfel o viață amară, neliniștită și cu puține roade, pierzând multă vreme în zadar. Și toate acestea se întâmplă pentru că uităm de slăbiciunea noastră firească și pierdem din vedere felul în care sufletul trebuie să se poarte față de Dumnezeu, și anume, când sufletul cade în vreo greșeală care nu este de moarte și este scuzabilă, atunci i se cuvine să se întoarcă spre Dumnezeu cu smerită pocăință și nădejde și să nu se chinuiască cu tristețe și amărăciune de prisos.

Spun aceasta despre păcatele de iertat, pentru că numai întru acestea cade de obicei sufletul care a îmbrățișat viața aspră descrisă de noi aici, iar noi îndreptăm cuvântul nostru aici spre cei care trăiesc o viață duhovnicească și caută cu tărie să sporească în ea, ferindu-se pe orice cale de păcatele de moarte. Însă pentru cei ce

Pocăința = zdrobire a inimii plină de nădejde în mila lui Dumnezeu.

trăiesc nu cu asprime, ci la întâmplare, netulburându-se nici dacă îl întristează pe Dumnezeu cu păcate de moarte, este necesar alt cuvânt. Nu este pentru ei această doctorie pe care am zis-o mai înainte. Ei trebuie să se mâhnească adânc şi să plângă cu amar, să-şi cerceteze întotdeauna cu asprime conştiinţa şi să-şi mărturisească toate păcatele lor fără cruţare de sine. Ei nu trebuie să se lipsească, din lenevirea lor, de nici unul din mijloacele necesare pentru tămăduirea şi mântuirea lor.

Pocăinţa întotdeauna trebuie să fie însufleţită şi pătrunsă de o nădejde tare în Dumnezeu chiar şi în căderile uşoare de fiecare zi, însă cu atât mai mult în păcatele mai grave decât cele obişnuite, în care cade câteodată şi robul lui Dumnezeu cel osârdnic, din îngăduinţa lui Dumnezeu. Căci zdrobirea adusă de căinţă, care atâta îndurerează şi roade inima, niciodată nu restatorniceşte sufletul într-o dispoziţie de bună nădejde, dacă nu este unită cu o nădejde tare în mila şi bunătatea lui Dumnezeu. O astfel de nădejde trebuie să umple neîncetat inima celor ce râvnesc să atingă cele mai înalte trepte ale desăvârşirii creştine. Ea însufleţeşte şi încordează toate puterile duhului şi ale sufletului. Însă mulţi care au pornit pe drumul vieţii duhovniceşti nu se îngrijesc de ea şi se opresc din mersul lor cu inima slăbănogită, neînaintând mai departe, din care pricină nu se învrednicesc de primirea binecuvântărilor harului pe care Domnul le-a aşezat pe această cale şi de care se fac vrednici numai cei râvnitori, care merg pe ea tot înainte cu încordare neslăbită.

Însă mai ales cei care sunt încercaţi de o oarecare nelinişte a inimii sau de vreo nedumerire sau îndoială în conştiinţa lor, trebuie să-l întrebe pe părintele lor duhovnicesc sau pe altcineva experimentat în lucrurile vieţii duhovniceşti, rugându-se în acelaşi timp cu

Noi căutăm să ne îndreptăm chiar şi înaintea lui Dumnezeu.

nădejde ca Domnul să le descopere prin aceştia adevărul şi să le dea dezlegare liniştitoare a nedumeririlor şi tulburărilor, ca apoi să se liniştească desăvârşit prin cuvintele lor.

CAPITOLUL 27

Cel ce este tulburat trebuie îndată să-şi redobândească pacea sufletească

De fiecare dată când vei cădea într-o greşeală de iertat, chiar de s-ar întâmpla de mii de ori pe zi, de îndată ce o vei observa, nu te chinui şi nu pierde vremea în zadar, ci îndată linişteşte-te şi, recunoscându-ţi neputinţa, întoarce-te cu nădejde către Dumnezeu şi cheamă-L din adâncul inimii: „Doamne Dumnezeul meu! Eu am făcut aceasta pentru că aşa sunt eu şi de la mine nu se putea aştepta altceva, decât asemenea păcate sau altele mai mari decât acestea, dacă harul Tău nu mă ajută, lăsându-mă singur. Mă căiesc de cele făcute şi îndeosebi pentru faptul că nu răspund grijii Tale pentru mine prin îndreptarea vieţii mele, ci cad iarăşi şi iarăşi. Iartă-mă şi dă-mi putere să nu Te mai mâhnesc şi să nu-Ţi mai calc voia întru nimic. Căci voiesc cu osârdie să-Ţi slujesc, să-Ţi fiu bineplăcut şi ascultător întru toate". Făcând aceasta, să nu te chinuieşti cu gândul dacă Dumnezeu te-a iertat sau nu. Domnul este aproape şi ascultă tânguirile robilor Săi. Deci linişteşte-te cu această încredinţare şi, după ce te-ai liniştit, continuă-ţi preocupările obişnuite, ca şi cum nimic nu s-ar fi întâmplat.

Aşa trebuie să procedezi nu numai o dată, ci, dacă este nevoie, de sute de ori şi în fiecare minut, având şi la sfârşit aceeaşi nădejde şi îndrăzneală către Dumnezeu. Făcând aşa, vei da mare cinste bunătăţii fără de margini a lui Dumnezeu, fiind tu totdeauna dator a-L socoti pe El

că este nemărginit de milostiv față de noi. Astfel vei spori neîncetat în viața ta și vei înainta mereu, fără a-ți irosi vremea și osteneala în zadar.

Pentru a-ți păstra pacea lăuntrică atunci când cazi în greșelile arătate mai sus, mai poți proceda și astfel: odată cu lucrarea lăuntrică a recunoașterii ticăloșiei tale și a smeririi înaintea lui Dumnezeu, adu-ți aminte cu căldură și de marile mile pe care Dumnezeu ți le-a arătat personal, și astfel, însuflețind în tine dragostea către El, mulțumește-I și dă-I slavă cu căldură dintru adâncul sufletului. Și de vreme ce recunoștința și slăvirea lui Dumnezeu este cea mai înaltă dovadă a unirii noastre vii cu Dumnezeu, atunci rodul căderii tale, dacă te vei purta cu înțelepciune, va fi, cu ajutorul lui Dumnezeu, mai marea ta înălțare către El. Aceasta ar trebui să o aibă în vedere cei ce se tulbură și se chinuiesc foarte tare pentru mici greșeli, ca să înțeleagă cât de mare este orbirea lor în această privință și cum singuri pe sine se păgubesc din pricina lipsei lor de discernământ. De fapt pentru ei am făcut și această ultimă observație, care pune în mâinile noastre cheia cu care sufletul poate să deschidă marea comoară a duhului și în scurtă vreme se poate îmbogăți cu harul Domnului nostru Iisus Hristos, Căruia I se cuvine toată slava, cinstea și închinăciunea, împreună cu Cel fără de început al Lui Părinte și cu Preasfântul Său Duh, acum și în vecii vecilor. Amin.

CUPRINS

Partea a doua

Citiți „Războiul nevăzut"? Zilele acestea am terminat-o. Este foarte retușată, încât nici starețul Nicodim însuși nu ar mai recunoaște-o. Am vrut să spun totul mai pe înțeles... Va fi o cărticică foarte folositoare.

Sfântul Teofan Zăvorâtul

Începe să studiezi cu seriozitate ABC-ul creștinătății ortodoxe. Ai citit „Războiul nevăzut" în ultimul timp? Este un bun punct de plecare.

Părintele Serafim Rose

Multe lucruri bune s-au spus. Starețul (Sfântul Varsanufie de la Optina) mi-a spus să citesc acum din „Războiul nevăzut" despre cele patru ultime și înfricoșătoare ispite dinaintea morții. Trebuie să le știm și să ne pregătim de ele.

Sfântul Nicon de la Optina

Doar aveți cartea „Războiul nevăzut"! Căutați acolo capitolele despre rugăciune, începând cu capitolul 46, și citiți, dar nu o dată sau de două ori. Acolo este arătat tot ce este de trebuință. Dacă veți urma cele spuse, rugăciunea dumneavoastră se va îndrepta, iar după aceasta și toate celelalte.

Sfântul Teofan Zăvorâtul